الجامعة الإسلامية بغزة
عمادة الدراسات العليـا
كليــة التربيــة
قسـم علم النـفس



اضطراب ما بعد الصدمة وعلاقته بالتوجه نحو الدعاء لدى عينة من زوجات الشهداء في قطاع غزة

إعداد الطالبة:

ميساء شعبان أبو شريفة

إشراف:

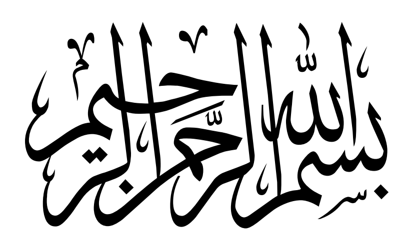
د. عاطف الأغا

أستاذ علم النفس بالجامعة الاسلامية_ غزة

كلية التربية _ علم النفس

رسالة مقدمة لقسم علم النفس بكلية التربية بالجامعة الإسلامية كمتطلب تكميلي
لنيل درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

٢٠١٠م-٢٠١١م
١٤٣٢هـ



﴿ وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ ﴾

[سورة البقرة آية :١٨٦]

إهـــــداء

إلى والدي ووالدتي وإخوتي وأخواتي

إلى مشرفي الفاضل حفظه الله دكتور عاطف الأغا

إلى زوجات الشهداء حفظهن الله وأعانهن على تأدية رسالتهن

إلى كل من ساهم في هذا الجهد المتواضع

سائلة المولى عز وجل أن يتقبله وينفع به

إنه نعم المولى ونعم النصير

الباحثة

كلمة شكر

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيدنا محمد نبي الهدى والرحمة وسيد المرسلين.

مع إتمام هذه الرسالة أقدم الشكر والعرفان والتقدير لأستاذي القدير الدكتور عاطف الأغا، والدكتور انور العبادسه، والدكتور نبيل دخان ، على ما قدموه لي من علم، ورعاية متواصلة وجهد وتشجيع منذ أن بدأت فكرة الدراسة إلى أن وصلت إلى نهايتها . كذلك الشكر موصول لجميع هيئة التدريس بكلية التربية قسم علم النفس على اهتمامهم ورعايتهم المتواصلة ، حفظهم الله وبارك في جهودهم .

مع فائق احترامي وتقديري ،،،

الباحثة:

ميساء شعبان أبو شريفة

ملخص الدراسـة

هدفت هذه الدراسة إلى_التعرف على العلاقة الارتباطية بين متغيري اضطراب ما بعد الصدمة والتوجه نحو الدعاء لدى زوجات الشهداء تبعا لبعض المتغيرات مثل: العمر، مستوى التعليم، المستوى الاقتصادي، منطقة السكن، عدد سنوات الزواج.

وقد تم اختيار عينة عشوائية تتكون من (٣١٤) من زوجات الشهداء في قطاع غزة .

ولجمع المعلومات صممت الباحثة أداتين، الأولى لقياس اضطراب ما بعد الصدمة ،وتتكون من (٢٢) فقرة ، حيث أعطى لكل فقرة وزن مدرج وفق سلم متدرج ثلاثي (دائماً، أحياناً ، أبداً) أعطيت الأوزان التالية (٣،٢،١)، والأداة الأخرى تقيس التوجه نحو الدعاء لدى زوجات الشهداء، وتتكون من (٢٦) فقرة. وقد تم التحقق من صدق الأولى والثانية بطريقتي صدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي وتم التأكد من الثبات بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية. حيث تم استخدامهما كأداة قياس رئيسية في الدراسة الحالية .

وقد استخدمت الباحثة عدة أساليب إحصائية ، مثل: التكرارات والمتوسطات الحسابية والنسب المئوية، معاملات الارتباط و تحليل التباين الأحادي .

واهم النتائج:–وجود علاقة ارتباطيه سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $(\alpha \leq 0.01)$ بين مقياس التوجه نحو الدعاء ومقياس اضطراب ما بعد الصدمة .

– وجود فروق ذات دلالة احصائية في التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير العمر.

– وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى اضطراب مابعد الصدمة تعزى لمتغير العمر.

– وجود فروق ذات دلالة احصائية في التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج .

– وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى اضطراب مابعد الصدمة تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج .

– لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي.

– توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى اضطراب مابعد الصدمة تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي .

– توجد فروق ذات دلالة احصائية في التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير المستوى التعليمي .

– توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى اضطراب مابعد الصدمة تعزى لمتغير المستوى التعليمي .

Post-traumatic stress disorder and its relationship to orientation pray in a sample of martyrs wives in Gaza strip

Abstract

The purpose of this study was to investigate the correlation between the two variables of PTSD and religion to the wives of martyrs, according to some variables such as: age, education level, economic level, residential area, number of years of marriage.

The random sample was selected consisting of (314) of the wives of the martyrs in the Gaza Strip.
To collection of information researcher designed tools to measure, the first to measure post-traumatic stress disorder, and consists of (22) paragraph, which gave the weight of each item included graded on a scale of three (always, sometimes, never) given the following weights (3,2,1), and other tool measure of patience and pray for the wives of the martyrs, and consists of (26) items. Has been verified the veracity of the first and second my way Believe arbitrators and sincerity to ensure the internal consistency was my way of consistency Cronbach alpha and retail mid-term. Where it was used as a key measure in the current study .
The researcher used several statistical methods, such as: frequencies, averages and percentages, correlation coefficients and analysis of variance.

The results showed the existence of a negative correlation with statistical significance at the level of significance
($A \leq 0.01$) between the measure of religiosity and the measure of PTS,. Also noted that there were differences evident in the light of some variables such as age, number of years of marriage, educational level, and the absence of clear differences in the light of some variables such as Residential area and economic level.

قائمة المحتويات

قائمة المحتويات	الصفحة
إهـداء.	ب
شكر وتقدير.	ج
ملخص الدراسة باللغة العربية.	د
قائمة المحتويات.	و
قائمة الجداول.	ي
قائمة الملاحق.	ل
الفصل الأول: مشكلة الدراسة وأهدافها وأهميتها	
مقدمة .	١
مشكلة الدراسة .	٣
أهداف الدراسة .	٤
أهمية الدراسة :	٤
الأهمية النظرية.	٥
الأهمية العملية .	٦
حدود الدراسة .	٦
مصطلحات الدراسة.	٨
الفصل الثاني: الإطار النظري للدراسة	
أولا: اضطراب مابعد الصدمة	١٠
مقدمة	١٠
تعريفات الصدمة لغة واصطلاحا	١١
الاستجابة الإنسانية للصدمة النفسية	١٦
نماذج الاضطرابات التي فسرت هذا الاضطراب	١٦
العوامل التي تعتمد عليها شدة الصدمة	٢٠
أعراض ومعايير اضطراب ما بعد الصدمة حسب التصنيف الرابع	٢١
اعراض اضطراب ما بعد الصدمة حسب جمعية الطب النفسي الامريكية	٢٣
مظاهر الأعراض النفسية على المرأة جراء عنف الاحتلال	٢٨

الصفحة	قائمة المحتويات
٢٩	تشخيص اضطراب ما بعد الصدمة
٣٢	علاج المصائب والازمات
٣٣	احتياجات لازمة للعلاج
٣٧	المعاناة النفسية وآثارها ومظاهرها
٣٧	خصائص المعاناة النفسية
٣٨	أساليب التخفيف من المعاناة النفسية
٤٠	مما يكشف الكربة عند فقد الأحبة
٤٣	فضل الشهادة
٤٤	الفروق في التوكل على الله
٤٥	**ثانياً :الدعاء**
٤٦	مقدمة
٤٦	تعريفات الدعاء لغة واصطلاحا
٥١	آداب الدعاء في القرآن والسنة
٥٧	شروط الدعاء
٥٩	أوقات وأحوال ترجى فيها اجابة الدعاء
٦٣	فضائل الدعاء
٦٦	من تستجاب دعوته؟
٩٢	تعقيب عام
	الفصل الثالث: الدراسات السابقة
٩٤	أولا:- الدراسات التي تناولت اضطراب ما بعد الصدمة
٩٩	ثانياً: الدراسات التي تناولت التدين
١٠٠	ثالثاً: دراسات قامت على زوجات الشهداء
١٠٢	تعقيب عام على الدراسات السابقة
١٠٤	فروض الدراسة
١٠٦	**الفصل الرابع: الطريقة والإجراءات**
١٠٦	منهج الدراسة.
١٠٦	مصادر الدراسة
١٠٧	مجتمع الدراسة والعينة

قائمة المحتويات	الصفحة
أدوات الدراسة.	١٠٩
صدق وثبات الاستبانة	١١٠
المعالجة الإحصائية.	١١٢
الفصل الخامس: نتائج الدراسة وتفسيرها	١١٨
نتائج التساؤل الأول وتفسيره ومناقشته.	١١٩
نتائج التساؤل الثاني وتفسيره ومناقشته.	١٢٠
نتائج الفرض الأول وتفسيره ومناقشته.	١٢٢
نتائج الفرض الثاني وتفسيره ومناقشته.	١٢٣
نتائج الفرض الثالث وتفسيره ومناقشته.	١٢٥
نتائج الفرض الرابع وتفسيره ومناقشته.	١٢٦
نتائج الفرض الخامس وتفسيره ومناقشته.	١٢٨
نتائج الفرض السادس وتفسيره ومناقشته.	١٢٩
نتائج الفرض السابع وتفسيره ومناقشته.	١٣٠
نتائج الفرض الثامن وتفسيره ومناقشته.	١٣١
نتائج الفرض التاسع وتفسيره ومناقشته.	١٣٣
نتائج الفرض العاشر وتفسيره ومناقشته.	١٣٥
نتائج الفرض الحادي عشر وتفسيره ومناقشته.	١٣٧
تعقيب عام على نتائج الدراسة.	١٣٨
المقترحات والتوصيات	١٤١
قائمة المراجع	١٤٢
قائمة الملاحق	١٤٤

قائمة الجداول

الرقم	الجدول	الصفحة
١.	يوضح توزيع عينة الدراسة حسب متغير العمر.	١٢٣
٢.	يوضح توزيع عينة الدراسة حسب متغير السكن.	١٢٤
٣.	يوضح توزيع عينة الدراسة حسب متغير عدد سنوات الزواج.	١٢٤
٤.	يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المستوى الاقتصادي	١٢٤

م	الجدول	الصفحة
٥.	يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المستوى التعليمي	١٢٥
٦.	معامل ارتباط كل فقرة من فقرات مقياس التدين مع الدرجة الكلية لفقراته	١٢٧
٧.	معامل ارتباط كل فقرة من فقرات مقياس اضطراب ما بعد الصدمة مع الدرجة الكلية لفقراته	١٣١
٨.	التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي للدرجة الكلية للمقياس (ن =٣١٤)	١٣٥
٩.	التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي للدرجة الكلية للمقياس (ن =٣١٤)	١٣٦
١٠.	معامل ارتباط بيرسون بين مستوى اضطراب ما بعد الصدمة وبين التدين	١٣٨
١١.	مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير السكن.	١٤٠
١٢.	يوضح اختبار شيفيه في الدرجة الكلية للمقياس	١٤١
١٣.	مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير العمر.	١٤٢
١٤.	يوضح اختبار شيفيه في الدرجة الكلية للمقياس	١٤٣
١٥.	مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج	١٤٤
١٦.	يوضح اختبار شيفيه في الدرجة الكلية للمقياس	١٤٥
١٧.	مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي.	١٤٦
١٨.	مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير المستوى التعليمي.	١٤٧
١٩.	يوضح اختبار شيفيه في الدرجة الكلية للمقياس	١٤٨
٢٠.	مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير السكن	١٤٩
٢١.	مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير العمر	١٥١
٢٢.	يوضح اختبار شيفيه في الدرجة الكلية للمقياس	١٥٢

٢٣.	مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج.	١٥٣
٢٤.	يوضح اختبار شيفيه في الدرجة الكلية للمقياس	١٥٤
٢٥.	مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي.	١٥٥
٢٦.	يوضح اختبار شيفيه في الدرجة الكلية للمقياس	١٥٦
٢٧.	مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير المستوى التعليمي.	١٥٨
٢٨.	يوضح اختبار شيفيه في الدرجة الكلية للمقياس	١٥٩

قائمة ملاحق الدراسة

الرقم	محتوى الملحق	الصفحة
1	استبانة رقم (١) بصورتها الأولية قبل التعديل: التدين لدى زوجات الشهداء "من إعداد الباحثة".	١٦٧
2	استبانة رقم (٢) بصورتها الأولية قبل التعديل: اضطراب ما بعد الصدمة لدى زوجات الشهداء من إعداد الباحثة.	١٧١
3	مقياس رقم (٣) بعد التعديل: مقياس التدين لدى زوجات الشهداء " من إعداد الباحثة".	١٧٣
4	مقياس رقم (٤) بعد التعديل: مقياس اضطراب ما بعد الصدمة لدى زوجات الشهداء من إعداد الباحثة.	١٧٥
٥	قائمة بأسماء المحكمين	١٧٧

الفصل الأول

مشكلـــة الدراســة وأهدافها وتساؤلاتها

- المقدمــة.
- مشكلة الدراسـة.
- أهداف الدراسـة.
- أهميـة الدراسـة.
- مصطلحات الدراسة.
- حدود الدراسـة.

مقدمـة

يبصر الإنسان ما في المصائب من آلام وابتلاءات،، ويشعر في أوقاتها بالأحزان والنكبات، ولكن قلة من رجع البصر وكرره، وأمعن فكرة في القرآن وتدبره، وترسم هدى أئمة الهدى وإمامهم رسول الله صلى الله عليه وسلم،، وأخذ ما يواجهه في حياته الدروس والعبر. والجدير بالمؤمن خشيته من أن تشبه حاله في الضراء ما وصف الله تعالى من حال من لا يؤمن بالآخرة في قوله سبحانه وتعالى: "**وَإِنَّ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ عَنِ الصِّرَاطِ لَنَاكِبُونَ** ﴿٧٤﴾ **وَلَوْ رَحِمْنَاهُمْ وَكَشَفْنَا مَا بِهِم مِّن ضُرٍّ لَّلَجُّوا فِي طُغْيَانِهِمْ يَعْمَهُونَ** ﴿٧٥﴾ **وَلَقَدْ أَخَذْنَاهُم بِالْعَذَابِ فَمَا اسْتَكَانُوا لِرَبِّهِمْ وَمَا يَتَضَرَّعُونَ** ﴿٧٦﴾ **حَتَّى إِذَا فَتَحْنَا عَلَيْهِم بَابًا ذَا عَذَابٍ شَدِيدٍ إِذَا هُمْ فِيهِ مُبْلِسُونَ**﴿٧٧﴾" (المؤمنون: الآية ٧٤-٧٧).

ومع ما يعيشه المسلمون من بأساء وضراء في مجموعهم،، ومع ما ينفك عنه من مكابدة قال سبحانه وتعالى "**لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ فِي كَبَدٍ** "﴿٤﴾ (البلد: الآية ٤)، تحسن الدلالة على باب من أبواب التيسير عظيم،، وحكمة من حكم المصائب جليلة إنه دعاء الله،، والتضرع إليه واللجوء إليه في السراء والضراء.... قال الله عز وجل " **وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا إِلَى أُمَمٍ مِنْ قَبْلِكَ فَأَخَذْنَاهُمْ بِالْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ لَعَلَّهُمْ يَتَضَرَّعُونَ** ﴿٤٢﴾ **فَلَوْلَا إِذْ جَاءَهُمْ بَأْسُنَا تَضَرَّعُوا وَلَكِنْ قَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَزَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ** ﴿٤٣﴾ " (الأنعام: الآية ٤٢-٤٣).

ولا شك أن المصائب الحادثة تفرز الضغوط النفسية والتي تعتبر آفة العصر، وإنها تزداد يوما بعد يوم مما يجعلها تمثل حجر الزاوية في نشوء الأمراض النفسية والعقلية،و يواجه الإنسان في حياته اليومية ضغوطا نفسيا متعددة. ولقد شهدت الساحة الفلسطينية في الآونة الأخيرة حربا واسعة وكبيرة، تسببت في إحداث مآسي عديدة توزعت في جوانب عديدة، فأفرزت الشهيد والمفقود، والأسير والجريح، وتركت الآلاف من الأطفال والنساء والشيوخ والشباب يعانون ويتألمون ويقاسون.

ومن هنا يقعون عرضة لاضطراب ما بعد الصدمة والذي يعتبر من اكبر الاضطرابات النفسية الشائعة بعد تعرض الفرد للحوادث الصدمية سواء الطبيعية الكوارث من صنع البشر مثل الحروب وحالات الاغتصاب الإصابة بأمراض خطيرة .

في ظل الأوضاع الصعبة التي يمر بها الشعب الفلسطيني والتي تتمثل في التعرض لإطلاق الرصاص وقصف البيوت والمدارس والأماكن الخاصة والعامة، واستنشاق الغاز وإصابة الأطفال والبالغين بالرصاص ومشاهدة المصابين والشهداء على شاشات التلفاز، كل هذا يجعل لدينا اكبر شريحة عرضة للمعاناة والخبرات النفسية الصادمة (Trauma) والتي توصف بأحداث مفاجئة وغير متوقعة تكون خارج حدود الخبرة الإنسانية العادية، تهدد أو تدمر صحة الفرد أو حياته

يستجيب لها الفرد بالخوف الشديد، العجز أو الرعب، وغالبا ما تكون خبرات الصدمة النفسية مصحوبة بانطباعات حسية شديدة تلتصق بالذاكرة للأبد، ولا تؤثر الصدمة النفسية على جميع الناس بنفس الطريقة، إذ يعتمد التأثير على شدة ومدة ومقدار تعرض الفرد للأحداث المسببة للصدمة، إدراك الفرد وتقييمهم وتفسيرهم للحدث، العمر والنضج، الشخصية، الخبرات السابقة، الدعم الاجتماعي، ومدى الالتزام الديني واللجوء إلى الله تعالى (ثابت، ٢٠٠٦: ١٢٠).

وهناك العديد من الدراسات المحلية التي قامت على اضطراب ما بعد الصدمة، مثل دراسة صالح (٢٠٠٨) والتي تهدف إلى معرفة اثر أسلوبي العلاج العقلاني والانفعالي والنمذجة في خفض اضطراب ما بعد الصدمة.. و(دراسة صيدم) لمعرفة تأثير الصدمات النفسية الناتجة عن ممارسات الاحتلال علي الصحة النفسية لطلبة الجامعات الفلسطينية في قطاع غزة. دراسة الخطيب (٢٠٠٧) وتهدف لدراسة مرونة عوامل تقييم الأنا في مواجهة الأحداث الصادمة لدى الشعب الفلسطيني، ودراسة ثابت وصيدم (٢٠٠٧) والتي هدفت لدراسة الصدمات النفسية للاحتلال وأثرها على الصحة النفسية للطلبة ، ودراسة ثابت (٢٠٠٦) والتي هدفت لدراسة الصدمة النفسية الناجمة عن انتفاضة الأقصى ، ودراسة حجازي (٢٠٠٤) بعنوان الخبرة الصادمة وعلاقتها بأعراض الاضطراب وبعض سمات الشخصية لدى أطفال شهداء انتفاضة الأقصى، ودراسة حسنين (٢٠٠٤) والتي هدفت لدراسة الخبرات الصادمة والمساندة الأسرية والصحة النفسية للطفل.

إنّ الشعب الفلسطيني بجميع فئاته وأعماره، وخصوصا من وقع عليه الدمار الأكبر وهم شريحة أسر الشهداء والذين يعيشون واقعا مريرا، فالزوجات اللواتي فقدن أزواجهن على ارض فلسطين فالمرأة بتكوينها البيولوجي العاطفي عند فقدانها لمعيلها تشعر بالمرارة والأسى، وبأنها قد فقدت كل ما تملك خاصة إن كان لديها أطفال، وهذا الشعور ينبع من خوف المرأة من المستقبل المجهول الذي ينتظرها وينتظر أفراد أسرتها..فالأمهات الفلسطينيات اللواتي فقدن أزواجهن ربما يكن عرضة أكثر من غيرهن للاضطرابات النفسية (علوان ،٢٠٠٧ : ٤٧٩).

لذا ارتأت الباحثة القيام بدراسة نفسية ميدانية على زوجات الشهداء تظهر فيها علاقة الدعاء والصبر وهل لهما أهمية في تخفيف ومواجهة الضغوط النفسية التي يعيشها الشعب الفلسطيني ؟

ولا يخفى عن الجميع الأثر الكبير للقيم الدينية المتمثلة بالدعاء والصبر في مواجهة مثل تلك الصدمات، فجميعنا لمسنا ما للدعاء من اثر في نصرة المجاهدين وأهل غزة أثناء الحرب الطاحنة عليهم في الأحداث الأخيرة، وتلك المواقف العملية الجهادية والتي دعا فيها المسلمون ربهم بإخلاص ومثابرة فأكرمهم الله بالنصر، وقد ذكر في السيرة النبوية عن قدوتنا رسول الأمة صلى الله عليه وسلم ليلة بدر أنه بات الليلة يصلي إلى جذع شجرة، ويكثر في سجوده حيث كان يقول: "يا حي يا قيوم" يكرر ذلك – صلى الله عليه وسلم – ويسأل الله النصر، وحين رأى رسول الله جند

قريش قال " اللهم هذه قريش قد أقبلت بخيلائها وفخرها تحادك وتكذب رسولك، اللهم فنصرك الذي وعدتني" صحيح مسلم.

انه سمة المؤمن، وشيمة الموحد، وهو ركيزة كبرى من ركائز النصر، وقاعدة عظمى من قواعد معركة الإسلام مع الكفر..وان الدعاء يستجاب وقت اشتداد المعركة، وشدة التحارب بين المؤمنين والكافرين، فقد قال النبي – صلى الله عليه وسلم: "اثنتان لا تردان أو قلما تردان: الدعاء عند النداء، وعند البأس حين يلحم بعضهم بعضا، أي: حين تشتبك الحرب بينهم، أخرجه أبو داود .

ولقد عاب الله أقواما نزلت بهم المصائب والبأساء، فاعرضوا عن ربهم، ولم يدعوه لكشف ضرهم، فلم يرفع عنهم تلك النازلة، قال تعالى: " **وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا إِلَى أُمَمٍ مِنْ قَبْلِكَ فَأَخَذْنَاهُمْ بِالْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ لَعَلَّهُمْ يَتَضَرَّعُونَ** ﴿٤٢﴾ **فَلَوْلَا إِذْ جَاءَهُمْ بَأْسُنَا تَضَرَّعُوا وَلَكِنْ قَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَزَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ** ﴿٤٣﴾ " (الأنعام: الآية ٤٢-٤٣).

ولهذا فإن الله –سبحانه وتعالى- وصف حال رسوله العظيم وصحابه الكرام في غزوة بدر بأنهم كثيري الاستغاثة به ، وكثرة رجائه ودعائه، فقال: "**إِذْ تَسْتَغِيثُونَ رَبَّكُمْ فَاسْتَجَابَ لَكُمْ أَنِّي مُمِدُّكُمْ بِأَلْفٍ مِنَ الْمَلَائِكَةِ مُرْدِفِينَ** " (الأنفال: ٩) .

لذا كان الدعاء في الغزو مرتبط ارتباطا وثيقا مع المجاهدين في ارض المعركة، وقد بوب الإمام الترمذي في جامعه (باب في الدعاء إذا غزا) وأورد تحته ما رواه انس بن مالك – رضي الله عنه – قال: كان الرسول – صلى الله عليه وسلم – إذا غزا قال: اللهم أنت عضدي وأنت نصيري وبك أقاتل " أخرجه الترمذي .

كذلك لا يخفى علينا اثر الصبر في مواجهة اضطراب ما بعد الصدمة خاصة للواتي فقدن أبنائهن أو أزواجهن أو آبائهن أثناء الأحداث الأخيرة على القطاع وقبلها من أحداث مدمرة وصادمة لجميع شرائح الشعب الفلسطيني . إنَّ العبد في تنقلاته في هذه الحياة وأطواره فيها لا يخلو من حالتين إما أن يحصل له ما يحب ويندفع عنه ما يكره، فوظيفته في هذه الحالة الشكر والاعتراف بأن ذلك من نعم الله عليه، فيعترف بها باطنًا، ويتحدث بها ظاهرًا، ويستعين بها على طاعة الله وهذا هو الشاكر حقًّا. الحالة الثانية: أن يحصل للعبد المكروه أو يفقد المحبوب فيحدث له همًّا وحزنًا وقلقًا فوظيفته الصبر لله، فلا يتسخط ولا يضجر ولا يشكو للمخلوق ما نزل به بل تكون شكواه لخالقه سبحانه وتعالى، ومن كان في الضراء صابرًا وفي السراء شاكرًا فحياته كلها خير وبذلك يحصل على الثواب الجزيل ويكتسب الذكر الجميل قال صلى الله عليه وسلم: «عجبا لأمر المؤمن إن أمره كله له خير وليس ذلك لأحد إلا للمؤمن إن أصابته سراء شكر فكان خيرًا له وإن أصابته ضراء صبر فكان

خيرًا له» رواه مسلم. والخير الحاصل للشاكرين هو الزيادة **{وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لأَزِيدَنَّكُمْ}** (سورة إبراهيم آية ٧) . والخير الحاصل للصابرين هو الأجر والثواب والمغفرة والرحمة.

إن المسلم متى أصابه مكروه في بدنه أو ماله أو حبيبه ، فإن الذي قدَّره حكيم عليم، لا يفعل شيئًا عبثا يُقَدِّرُ شيئًا سدى، وأنه تعالى رحيم قد تنوعت رحمته على عبده يرحمه فيعطيه، ثم يرحمه فيوفقه للشكر ويرحمه فيبتليه، ثم يرحمه فيوفقه للصبر. فرحمة الله متقدمة على التدابير السارة والضارة ومتأخرة عنها، ويرحمه أيضًا بأن يجعل ذلك البلاء مكفرًا لذنوبه وآثامه، ومنميًا لحسناته، ورافعًا لدرجاته، ومن استكمل مراتب الصبر والشكر فهو الكامل في كل أحواله، وإذا أصيب العبد بمصيبة فآمن بالقدر ولجأ إلى الصبر والاحتساب خفت وطأتها وهانت مشقتها، وتم له أجرها وكان من الفضلاء الكرام، وذلك فضل الله يؤتيه من يشاء والله ذو الفضل العظيم (جار الله ، ٢٠٠٣ :٨) .

مشكلة الدراسة:

في ضوء ما سبق ذكره، فان الباحثة تحاول من خلال هذه الدراسة معرفة العلاقة بين اضطراب ما بعد الصدمة و التوجه نحو الدعاء لدى عينة من زوجات الشهداء في قطاع غزة . وبناءً على ما سبق فقد تبلورت مشكلة الدراسة في ذهن الباحثة في صورة عدة تساؤلات :

١) هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى اضطراب ما بعد الصدمة وبين التوجه نحو الدعاء؟

٢) ما مستوى التوجه نحو الدعاء لدى عينة من زوجات الشهداء في قطاع غزة؟

٣) ما مستوى اضطراب ما بعد الصدمة لدى عينة من زوجات الشهداء في قطاع غزة ؟

٤) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اضطراب ما بعد الصدمة تعزى لمتغير العمر؟

٥) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اضطراب ما بعد الصدمة تعزى لمتغير السكن؟

٦) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اضطراب ما بعد الصدمة تعزى لعدد سنوات الزواج ؟

٧) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اضطراب ما بعد الصدمة تعزى للمستوى التعليمي ؟

٨) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اضطراب ما بعد الصدمة تعزى للمستوى الاقتصادي ؟

٩) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير العمر؟

١٠) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير السكن ؟

١١) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج؟

١٢) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير المستوى التعليمي ؟

١٣) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي؟

أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- معرفة العلاقة بين اضطراب ما بعد الصدمة والتوجه نحو الدعاء لدى عينة من زوجات الشهداء في قطاع غزة.
- معرفة مستوى التوجه نحو الدعاء لدى عينة من زوجات الشهداء بقطاع غزة .
- معرفة مستوى اضطراب ما بعد الصدمة لدى عينة من زوجات الشهداء في قطاع غزة.
- معرفة ما اذا كانت هناك فروق في اضطراب ما بعد الصدمة ترجع لمتغير العمر، السكن، عدد سنوات الزواج، المستوى التعليمي والمستوى الاقتصادي.
- معرفة ما اذا كانت هناك فروق في التوجه نحو الدعاء يرجع لمتغير العمر، السكن، عدد سنوات الزواج، المستوى التعليمي والمستوى الاقتصادي.

أهمية الدراسة :

تكمن اهمية الدراسة في معرفة العلاقة بين التوجه نحو الدعاء واضطراب ما بعد الصدمة على زوجات الشهداء في قطاع غزة، إظهار أهمية الدراسة والتي تكمن في الآتي:

الأهمية النظرية:

١. إنها دراسة تنبع من واقع الشعب الفلسطيني خاصة مع الأحداث الأخيرة التي واجهته.

٢. ندرة الدراسات العربية وانعدام الدراسات المحلية التي تناولت دراسة الدعاء والصبر من منظور نفسي، وربطه باضطراب ما بعد الصدمة.

٣. تعد هذه الدراسة إضافة وتجديدا للمكتبة العربية، عامة ومكتبة الجامعة الإسلامية خاصة، حيث أنها من أولى الدراسات التي تضع إطار نظري ميراثي يجمع مابين متغيري الدعاء والصبر وبين اضطراب ما بعد الصدمة على زوجات الشهداء.

٤. تكمن أهمية الدراسة الحالية في الاختيار المناسب لعينة الدراسة والتي لم تحظ من قبل بدراسات سابقة عليها.

٥. تنبع أهمية الدراسة من ارتباط التدين باضطراب ما بعد الصدمة والعلاقة بينهما على شريحة زوجات الشهداء -على حد علم الباحثة- ، والتي لم تجد دراسات سابقة تناولت تلك المتغيرات التي تناولتها الباحثة في دراستها الحالية.

٦. تفسح الدراسة الحالية المجال أمام الباحثين والدارسين لعمل المزيد من الدراسات عن نفس الموضوع، وبالتالي تطويره إلى برنامج إرشادي وقائي وعلاجي للآخرين في شتى المجالات.

٧. تساعد هذه الدراسة على زيادة الصلابة النفسية حيث تجعلنا أقدر تحملا وصبرا وتعاملا مع نوائب الدهر من خلال الأسلوب الديني ومخ العبادة ألا وهو الدعاء .

٨. الجهة المستفيدة منه لا تقتصر على واضعي برامج الإرشاد والتوجيه، بل أيضا المهتمين بالدراسات الدينية والروحانية.

الأهمية العملية:

١. قد يستفيد من هذه الدراسة زوجات الشهداء، وقد تفيد المؤسسات العاملة بالمجال أو القائمة على رعاية اسر شهداء .

٢. تفيد في التخفيف عن العب النفسي لزوجة الشهيد.

٣. تفيد مراكز الإحصاء في عمل إحصاءات ديموغرافية.

٤. تخدم المجتمع الفلسطيني عامة، وقطاعات التخطيط للمستقبل في مجالات متعددة تخص المرأة والطفل .

حدود الدراسة:

الحد الزماني:

حيث اجريت هذه الدراسة في الفصل الدراسي الأول ٢٠٠٩ م/ ٢٠١٠م في شهر أكتوبر.

الحد البشري:

تم تطبيق هذه الدراسة على الأمهات اللواتي فقدن أزواجهن أثناء الحروب على قطاع غزة منذ سنة ٢٠٠٠ حتى ٢٠٠٩.

الحد المكاني:

تم تطبيق الدراسة بمؤسسة الرحمة العالمية بغزة .

مصطلحات الدراسة:

اضطراب مابعد الصدمة :

بعد اطلاع الباحثة على تعريفات اضطرابات مبعد الصدمة ، استخلصت التعريف التالي وصاغته بمايناسب مضمون دراستها الحالية : " هو مايعانيه الفرد نتيجة سلسلة من المواقف والاحداث المؤلمة وتراكمات الاحتلال وآثاره مع مايتعرض له الشعب الفلسطيني ، ومايننتج عنها من ردود نفعالية تؤثر سلبا على حياته .

ويعرف إجرائيا: الدرجة التي تحصلن عليها المفحوصات في مقياس اضطرابات مابعد الصدمة لدى زوجات الشهداء .

التدين : تشير الباحثه هنا انها اقتصرت على دراسة التدين من منظور مفهوم الدعاء لدى زوجات الشهداء ، وستقتصر على اظهار تعريفات الدعاء والصبر في رسالتها .

تعريفه اجرائيا : الدرجة التي يحصلن عليها المفحوصات في مقياس التدين لدى زوجات الشهداء

١. الدعاء :

تعريفه شرعا : يقول الطرطوشي (١٩٨٨،٣١) أن لفظ الدعاء عام ثم يتفرع، فمنه ما يكون بمعنى التوحيد ،قال تعالى" **وَأَنَّ الْمَسَاجِدَ لِلَّهِ فَلَا تَدْعُوا مَعَ اللَّهِ أَحَدًا** ﴿١٨﴾" (الجن ،١٨) ،أي أفردوه بالتوحيد. ومنه ما يكون بمعنى العبادة، قال تعالى :" **قُلْ إِنِّي أُمِرْتُ أَنْ أَعْبُدَ اللَّهَ مُخْلِصًا لَهُ الدِّينَ**" ﴿١١﴾ (الزمر،١١).ومنه ما يكون بمعنى الاستعانة قال تعالى:" **وَادْعُوا شُهَدَاءَكُمْ مِنْ دُونِ اللَّهِ إِنْ كُنتُمْ صَادِقِينَ**﴿٢٣﴾ (البقرة ،٢٣)، أي استعينوا بهم .ومنه ما يكون بمعنى السؤال والطلب، قال تعالى: "**أدعوني استجب لكم**" أي اسألوني أعطكم. ومنه ما يكون بمعنى القول، قال تعالى:" **يوم يدعوكم فتستجيبون بحمده**" **(الاسراء:٥٢)** (موسى، ٢٠٠٠ : ١٦).

الفصل الثاني

الإطـــار النظـــري

- أولا:- اضطراب ما بعد الصدمة.
- ثانيا:- الدعاء .

أولا: اضطراب ما بعد الصدمة

مقدمة:

ظهر علم الصدمة في العقد الأخير فقط وهو يعني دراسة علمية تطبيقية للآثار النفسية والاجتماعية المباشرة وطويلة المدى وقصيرة المدى للأحداث الشديدة الضاغطة وكذلك العوامل والمجالات المؤثرة فيها والمرتبطة بها، ومن أمثلة هذه المجالات العنف داخل الأسرة ، والمحرقة وجماع المحارم، والاغتصاب والشذوذ الجنسي والجرائم وصدمات الحروب(الحواجري،٢٠٠٣ :١٢).

إن عبارة اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة أو كما يقابلها بالانجليزية (POST TRAUMATI STRESS DISORDER)

لم تكن موجودة في قاموس الطب النفسي قبل عام 1980 اذ كان العلماء يستعملون قبل هذا التاريخ بعض العبارات الخاصة مثل صدمة القصف أو المعارك والحروب.

ومصطلح (PTSD) أي اضطراب ما بعد الصدمة هو للدلالة على اضطراب نفسي خاص يتلو حدوث الصدمة .وبعد سبع سنوات عادت جمعية الطب النفسي الأميركية وأدخلت بعض

التعديلات وهناك تعديلان مهمان لابد من الإشارة إليهما:

يتناول الأول التركيز على عملية التجنب (AVOIDANCE) الذي يعتبر مؤشرا أساسيا للدلالة على اضطراب ما بعد الصدمة (تجنب الأشياء والأفكار والمشاعر المرتبطة بالحدث)،(وتجنب الوضعيات التي يمكنها أن توقظ ذكريات الحدث).

ويتناول الثاني ولأول مرة اضطراب ما بعد الصدمة عند الأطفال (استعادة الحدث المؤلم عن طريق اللعب المتكرر المرتبط بالصدمة بالإضافة إلى انخفاض الرغبة في بعض الأنشطة والمهارات بما في ذلك الكلام) (خيربك ، ٢٠٠٨ :١٨).

يذكر (النابلسي ، ١٩٩١ : ١٥) بأن الحياة الإنسانية عرضة دائما لتهديدات المحيط الذي يتواجد فيه الإنسان ، ومع الواقع يدرك الإنسان موضوعية هذه التهديدات وحقيقتها ، كما يدرك أن آمال نجاته اكبر كثيرا من احتمالات موته، وبهذا تترسخ لديه فكرة الموت المؤجل إلى اجل غير مسمى، فهو يعتقد بقدرته على تجاوز الأخطار والتهديدات والأحداث الصادمة و واكبر صدمة يمكن للإنسان أن يتلقاها هي تلك التي توجه المواجهة المفاجئة مع الموت فهذه المفاجئة تزيل عن موته الشخصي فكرة التأجيل ، وتدفعه للتفكير باحتمال موته في أي لحظة ، أو ضمن فترة معينة من الزمن ، وهو ما اصطلح على تسميته العصاب الصدمي (الخطيب، ٢٠٠٧ :١٠٦١) .

ويقول (يعقوب، ١٩٩٩: ١٣٥) بأن اضطراب ما بعد الصدمة هو مرض نفسي قد تمّ تصنيفه وتوصيفه من جانب جمعة الطب الأمريكية (١٩٨٠، ١٩٨٧، ١٩٩٤) وينجم عن الاضطراب عندما يتعرض شخص ما لحدث مؤلم جدا (صدمة) يتخطى حدود التجربة الإنسانية المألوفة (أهوال الحروب، رؤية أعمال القتل والعنف، التعرض للتعذيب والاعتداء الخطير والاغتصاب، كارثة طبيعية، الاعتداء الخطير على أحد أفراد العائلة، ... الخ) بحيث تظهر عادة عدة عوارض نفسية وجسدية (التجنب والتبلد، الأفكار والصور الدخيلة، اضطراب النوم والتعرق والإجفال والخوف والاحتراز، ضعف الذاكرة والتركيز ... الخ) .

في الواقع ليس جميع الأشخاص الذين يتعرضون لصدمة أو كارثة يسقطون في الاضطراب المذكور. إذ هناك عوامل معينة قد تساعد على ظهور الاضطراب بما في ذلك طبيعة الصدمة ، سن الضحية ، طبيعة الشخصية واستعدادها المرضي، دور البيئة (خيربك ، ٢٠٠٨ :١٨) .

تعريفاته:

الصدمة في اللغة Trauma :

الصدمة من "صَدَمَ "، والصدمُ: ضرب الشيء الصلب بشيء مثله ، وصدمه صدماً: ضربه بجسده. وصادمه فتصادما واصطدما، وصدمه يصدمه صدماً، وصدمهم أمرٌ: أصابهم. والتصادم:التزاحم . وصدمت النازلة فلانا: فاجأته، والرجلان يعدوان فيتصادمان، أي يصدم هذا ذاك وذاك هذا، والجيشان يتصادمان. قال الأزهري: واصطدام السفينتين إذا ضربت كل واحدة صاحبتها إذا مرقا فوق البحر بحمولتهما، والسفينتان في البحر تتصادمان وتصطدمان إذا ضرب بعضهما بعضاً، والفارسان يتصادمان أيضاً. وفي الحديث النبوي الشريف: "الصبر عند الصدمة الأولى"، أي عند فورة المصيبة وحموتها (ابن منظور ، ١٩٧٠ : ٢٤٢٠).

تعريف الصدمة النفسية (Traumatic stress) كما هو معرف حسب (DSM,IV,1994)

هي حدث خارجي فجائي وغير متوقع يتسم بالحدة ويفجر الكيان الإنساني بحيث لا تستطيع وسائل الدفاع المختلفة أن تسعف الإنسان للتكيف معه (الحواجري ،٢٠٠٣ :٧) .

يتوافر فيه الشرطان الآتيان:

أ- خبرة الفرد أو مجابهته بحدث أو أحداث تتضمن موتا محققا أو تهديدا له، أو إصابة خطيرة، أو تهديدا لسلامته أو سلامة الآخرين الجسدية (مثل تعرض الشخص إلى الكوارث البشرية كالحروب والأسر أو حوادث السيارات أو السطو المسلح أو الاغتصاب الجنسي أو الحرائق ...الخ).

ب- رد فعل الشخص يتضمن الخوف الشديد أو العجز أو الرعب (يونس ،٢٠٠٥: ٥٨٧).

ويرى مايكنبوم أن الصدمة تشير إلى حوادث شديدة أو عنيفة تعد قوية ومؤذية ومهددة للحياة ، بحيث تحتاج هذه الحوادث إلى مجهود غير عادي لمواجهتها والتغلب عليها .

وتعرف الصدمة بأنها حادث يهاجم الإنسان ويخترق الجهاز الدفاعي لديه ، وإمكانية تمزيق حياة الفرد بشدة. وقد ينتج عن هذا الحادث تغيرات في الشخصية أو مرض عضوي إذا لم يتم التحكم فيه والتعامل معه بسرعة وفعالية . وقد تؤدي الصدمة إلى نشأة الخوف العميق والعجز أو الرعب (الحواجري ،٢٠٠٣: ١٢) .

صدمة (نفسية) هلع TRAUMA

هي حدث في الشخص يتحدد بشدته وبالعجز الذي يجد الشخص فيه نفسه، عن الاستجابة الملائمة حياله، وبما يثيره في التنظيم النفسي من اضطراب وآثار دائمة مولدة للمرض.

تتصف الصدمة بفيض من الإثارات تكون مفرطة، بالنسبة لطاقة الشخص على الاحتمال وبالنسبة لكفاءته في السيطرة على هذه الإثارات وارصانها نفسيا.

(الصدمة والصدمي) هي تعابير مستعملة قديما في الطب والجراحة.حيث تدل كلمة صدمة (TRAUMA)التي تعني الجرح في اليونانية وتشتق من فعل ثقب، على الجرح مع كسر، ومن مرادفاتها بالفرنسية (TRAUMATISME) المخصصة على الأدق للحديث عن الآثار التي يتركها جرح ناتج عن عنف خارجي ، ولا تبرز دوما فكرة تمزق أو إصابة الغشاء الجلدي، إذ يصار إلى الحدث مثلا عن(الصدمات الجمجمية – الدماغية المقفلة) كما لوحظ أن مصطلحي(TRAUMATISME – TRAUMA) يستعملان في الطب كمرادفتين (خيربك، ٢٠٠٨ :١٤) .

المعنى الأصلي للكلمة اليونانية " تراموا " هو جرح ، أو ضررا يلحق بأنسجة الجسم ، واليوم نستعمل العبارة " صدمة نفسية " لوصف وضع يجرب فيه الشخص حدثا صعبا جرح نفسه . وهناك في الآونة الأخيرة وعي متزايد بحقيقة أن الأشخاص الذين يتعرضون لأحداث كالهجمات الإرهابية لا يصابون جسديا فحسب ، بل يلحقهم أذى نفسي كذلك . وهؤلاء هم ضحايا الصدمات الذين نسمع عنهم غالبا بعد هجمات إرهابية ، والأمثلة الأخرى على أحداث صادمة قد تسبب صدمات نفسية كذلك هي الإصابات التي تسببها حوادث السيارات والاعتداءات الجنسية أو الأمراض الخطيرة (جار الله ، ٢٠٠٣ : ١٠٠) .

- **الحدث الصدمي:**

يشير يرزانو (Uesano et al.. 1994) إلى أن الأحداث الصدمية أحداث خطيرة ومربكة ومفاجئة، وتتسم بقوتها الشديدة أو المتطرفة، وتسبب الخوف والقلق والانسحاب والتجنب، والأحداث الصدمية كذلك ذات شدة مرتفعة، وغير متوقعة وغير متكررة ، وتختلف في دوامها من حادة إلى مزمنة. ويمكن أن تؤثر في الشخص بمفرده كحادث سيارة أو جريمة من جرائم العنف . وقد تؤثر في المجتمع كله كما هو الحال في الزلزال أو الإعصار (الحواجري ،٢٠٠٣: ١٢) .

وقد عرف (عبد الرحمن، ٢٠٠٠: ٨٥) الأحداث الصدمية بأنها أحداث خطيرة ومركبة ومفاجئة، وتتسم بقوتها الشديدة أو المتطرفة، وتسبب الخوف والقلق والانسحاب والتجنب، والأحداث الصدمية كذلك ذات شدة مرتفعة، وغير متوقعة وغير متكررة، وتختلف في دوامها من حادة إلى مزمنة، ويمكن أن تؤثر في شخص بمفرده كحادث سيارة أو جريمة من جرائم العنف ، وقد تؤثر في المجتمع كله كما هو الحال في الزلازل أو الإعصار (خيربك،٢٠٠٨ :١٦).

ويمكن أن تؤثر في شخص بمفرده كحادث سيارة أو جريمة من جرائم العنف وقد تؤثر في المجتمع كله كما هو الحال الزلزال أو الإعصار .

وتحدث الاستجابة للضغوط عندما يتعرض الفرد إلى حادث صدمي مضايق أو مؤلم . وقد تكون الاستجابة للضغوط الصدمية فورية أو مؤجلة (الخطيب ،٢٠٠٧ :١٠٥٥) .

اضطراب الضغط الحاد :

صيغت هذه الفئة التشخيصية (اضطراب الضغط الحاد) لفرز الأفراد الذين من المحتمل أن يتطور أو ينشأ لديهم ما يعرف باضطراب (متلازمة) الضغوط التالية للصدمة (Posttraumatic Stress Discorder) وكان يشار إلى هذه الحالة في فترة الحرب العالمية الأولى بصدمة المغارة وفيها يوجد نوعا من التشابه بين ردود أفعال الجنود الذين يصابون بنوبة من الارتجاف الشديد نتيجة سماعهم لانفجارات القنابل وردود أفعال الناس العاديين الذين يعانون من ارتعاشات بدنية مصحوبة بخوف أو حالة رعب شديدة نتيجة خلل ما في الجهاز العصبي المركزي. وقد يعاني المدنيون كذلك من هذه الحالة النفسية ، لذلك صيغ مصطلح اضطراب الضغط الحاد لتمثيل الأعراض النفسية التي تنتاب البشر خلال الفترة القصيرة التي تلى مباشرة التعرض لصدمة أو نكبة أو أزمة ، وهي أعراض ربما تتشابه في بعض ملامحها أعراض اضطراب الضغوط التالية للصدمة .

وبصورة عامة يعتقد أن التعرض المباشر للحدث الصادم ، يزيد من مخاطر الضرر أو الأذى الانفعالي الناتج . وعليه فان حدث اطلاق النار في المدرسة على سبيل المثال ، ربما يكون الأذى

الانفعالي الذي يلحق بالتلميذ الذي يتعرض مباشرة للإصابة اكثر شدة وخطورة من بقية التلاميذ، كما أن التلميذ الذي يشاهد زميل له يصاب أكثر تأثرا انفعاليا من بقية التلاميذ بالمدرسة . ومع ذلك فان التعرض غير المباشر لأحداث العنف والاعتداءات يمكن أن يشكل موقف أو خبرة صادمة أو أزمة انفعالية، ولهذا السبب ، فان تعرض الأطفال والمراهقين للعدوان أو الكوارث حتى ولو كان من خلال التقارير العلامية، يمكن ان ينتج عنه علامات او اعراض الضيق او الكدر الانفعالي (ابوحلاوة،٢٠٠٨ : ١٣) .

اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة (Post Traumatic Stress Disorder) :

(POST) بادئة معناها بعد أو عقب، من التعبيرات التي تدخل منها البادئة حالات مرضية تحدث بعد الولادة أو البلوغ أو عقب الصدمات النفسية وإصابات الرأس، ومن أمثلة هذه الحالات اضطرابات الكرب التالية للصدمة الذي يعرف مختصرا (PTSD) وهي حالة تعقب الضغوط النفسية الهائلة التي تفوق الاحتمال مثل الحرب والكوارث الطبيعية والحوادث والجرائم المقترنة بالعنف مثل الاغتصاب، وكانت الحالة تعرف بأسماء أخرى قبل ذلك وترتبط بضحايا الحروب وتصيب الحالة (٣%) من مجموع الناس وتتميز باستعادة أحداث الصدمة في الحلم واليقظة وتجذب كل ما يذكر بها مع استمرار القلق والاكتئاب والاضطراب النفسي عقب الصدمة لفترة طويلة (الشربيني ، ٢٠٠٧ :١٤١) .

(Trauma) صدمة ، إصابة ، تدل الكلمة على معناها المباشر وهي صدمة تسبب جرحا أو إصابة ، ومن أمثلة الحالات النفسية التي تنشأ عن الصدمات بأنواعها مثل الحوادث الفردية والجماعية كالحروب والكوارث والتي تعرف مختصرا بحالة اضطراب الكرب التالي للصدمة (Posttraumatic stress disorder) (الشربيني ، ٢٠٠٧ :١٩٣) .

اضطراب ما بعد الصدمة النفسية (PTSD) (Post Traumatic Stress Disorder) وهو اضطراب ينتج عن تعرض الفرد إلى صدمة نفسية (Traumatic Stress) وهو رد فعل شديد ومتأخر للضغط عادة ، ويكون من الشدة بحيث يصبح مرهقا، ويتميز باستمراريته، عادة خبرة الحدث الصدمي وللتجنب المتواصل للمثيرات المرتبطة بالصدمة (من أفكار أو مشاعر أو أماكن أو أشخاص) والتراخي في القدرة على الاستجابة (صعوبة التذكر، العجز، الانعزال، وقصور في المشاعر الوجدانية) والمعاناة من أعراض الاستثارة الدائمة (كصعوبات في النوم، أو التركيز أو ازدياد التوتر أو التيقظ)، وتكون مدة ظهور الأعراض أكثر من شهر وهو بثلاثة مستويات من الشدة (الحاد والمزمن ومتأخر الظهور)، ويؤثر هذا الاضطراب في سلامة الأفراد وبشكل جدي في النواحي الاجتماعية والأكاديمية والمهنية (يونس ،٢٠٠٥ :٥٨٧) .

يصف الدليل التشخيصي لمنظمة الصحة العالمية اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية : بأنه استجابة متأخرة لحادثة أو موقف ضاغط جدا ، تكون طبيعة تهديدية أو كارثية، تسبب كربا نفسيا لكل من يتعرض لها تقريبا، من قبيل : كارثة من صنع إنسان، أو معركة، أو حادثة خطيرة، أو مشاهدة موت آخر، أو أخرى في حادثة عنف ، أو أن يكون أفراد ضحية تعذيب، أو إرهاب، أو اغتصاب، أو جريمة أخرى (الحواجري، ٢٠٠٣ :٢٣) .

يؤكد (نابلسي، ١٩٩١: ١٨٩) على أن اضطراب ما بعد الصدمة (PTSD) هو رد فعل شديد على الأحداث الصادمة، ويتميز رد الفعل بثلاثة أصناف كبرى من الأعراض :

- إحياء التجربة: أي الشعور بأن الصدمة يتكرر حدوثها المرة تلو الأخرى، وتكون مصحوبة بكوابيس متكررة وذكريات مزعجة تتعلق بالصدمة.
- التحاشي: حافز قوي لتجنب كل ما يتعلق بالتجربة الصادمة.
- إثارة مفرطة: إحساس مستمر بالتأهب والعصبية وصعوبة التركيز . وبسبب هذا الوضع عادة اضطرابات أثناء النوم وصعوبة في الخلود للنوم .

وتخلق هذه الأعراض صعوبات في تأدية الوظائف اليومية، وتعيق بصورة خطيرة روتين حياة من ينجو من الصدمة وحياة من حوله. غير أن هذه الأعراض هي أعراض طبيعية تماما في الفترة التي تعقب الحدث الصادمة مباشرة. وهي أعراض تتلاشى بالتدريج عادة خلال الأسابيع والأشهر التي تلي الحدث، ويعرف الشخص بأنه يعاني من اضطراب ما بعد الصدمة إذا توفرت فيه بضعة أصناف الأعراض (كما يحددها DSM-دليل التشخيص الإحصائي) بعد مرور بضعة أسابيع على الصحة ، وإذا كانت الأعراض تزداد شدة بدلا من أن تتناقص مع مرور الزمن.

أما منظمة الصحة العالمية (ICD-10) على نحو يتفق إلى حد كبير مع تحديد الرابطة الأمريكية للطب النفسي فيما يلي: ينشأ اضطراب الضغوط التالية للصدمة على أنه استجابة مرجاة أو ممتدة لحدث أو موقف ضاغط ويتصف بأنه ذو طبيعة مهددة أو فاجعة، ويحتم لأن يتسبب في ضيق وأسى شديدين غالبا لدى أي فرد يتعرض له (مثل الكوارث الطبيعية أو التي من صنع الإنسان، أو المعارك، أو الحوادث الخطرة، أو مشاهدة الموت العنيف لأشخاص آخرين، أو أن يكون ضحية التعذيب والاغتصاب) (خيربك،٢٠٠٨ :٢٠) .

- **<u>الاستجابة الانسانية للصدمة النفسية :</u>**

تعتبر عملية ادراك الفرد للضغوط مسألة نسبية الى حد بعيد وعليها تتحدد استجابة الفرد لهذه الضغوط، فقد يتعرض شخصان لصدمة عنيفة وقوية الا اننا نلاحظ اختلافا لاستجابة كل منهما، كما ان ردود الافعال للضغوط تتوقف على عدد من العوامل تتحدد في السياق التى

تحدث فيه الصدمة اذ انه لا توجد علاقة خطية مباشرة بين التعرض للصدمة وحتمية المعاناة النفسية ، بمعنى انه ليس بالضرورة لكل انسان يتعرض للصدمة ان يطور أعراض ما بعد الخبرة الصادمة ، حيث توجد مجموعة من المتغيرات والعوامل الوسيطة التى تلعب دورا حاسما في هذا الموضوع ، مثل القدرات العقلية والعلاقة الوالدية والفاعلية السلوكية .

وتشير الدراسات النفسية ان اقدر الناس على مواجهة مصاعب الحياة هم اشخاص لديهم مهارات عالية (سواء وراثيا او بالتعلم) على التأقلم تربويا في وسط آمن ، واقل الناس حظا هم الذين يولدون وليس لديهم مهارات على التأقلم او لم تدربهم على تعلم هذه المهارات ، ثم واجهوا العديد من التحديات والصراعات في حياتهم، فهم بالتالي اضعف الناس في سرعة الاصابة الاضطرابات النفسية(الخطيب ، ٢٠٠٧ : ١٠٦٣) .

النماذج والنظريات التي فسرت هذا الاضطراب كما ذكرها (يونس ، ٢٠٠٥ :٥٨٤-٥٨٦):

هناك نماذج نظرية متعددة اهتمت بتفسير (PTSD) ، وقد اعترف فرويد قبيل قبل وفاته بوجود هذا العصاب ، وأطلق عليه تسمية (العصاب الراهن) ، وهو يعده بمثابة شواذ عن القاعدة التحليلية ، وأنه يعد هذا العصاب اللانمطي غير قابل للشفاء بالعلاج التحليلي الذي يركز جهوده على عقد الطفولة .

أما تفسير السايكوسوماتك التحليلي فينطلق من موضوع (الأعصبة الراهنة) الذي يستند إلى العصاب السلوكي الناجم عن سوء تنظيم الوضع النفسي ، والعصاب الطبائعي الناجم عن عدم كفاية التنظيم النفسي . ويرى المحللون هنا ، أن المصاب بهذه الأعصبة يكون أقل قدرة على تحمل الصدمات النفسية وذلك بسبب خلل في الوضع النفسي المسؤول أصلا عن إصابته بالعصاب .

وحسب كلام (الهمص،٢٠٠٩) فيذكر أن (ميلاني كلاين) فتعزوه إلى (صدمة الأنا) حيث ترى أن الشخص ينبني من الناحية النفسية استنادا الى علاقته بجسمه الخاص ، وذلك بدءا من اللحظة التي يدرك فيها تمايزه عن جسد أمه .

أما موسون (Moussong) فترى أن الأحداث الصدمية لا تؤثر بالطريقة نفسها وبالمقدار نفسه لدى أشخاص مختلفين ، وأن العامل الأهم في تحديد فعل الكائن الحي ، ليس الحادث الصدمي بحد ذاته وإنما القدرة على المواجهة أو السيطرة على المواقف ، وقد أثبتت الدراسات التجريبية ، وجود تفاعلات مزدوجة التوجه (الدماغ – العقل) وبين الضوابط الدماغية ؛ إذ أصبح موضوع (الضبط النفسي–العصبي–الغددي–المناعي) محورا للأبحاث الدائرة حول شدة الصدمة وانعكاسها .

وقد وضع ولسن وكروس (Wilson and Krauss,1985) نموذجا نظريا لتفسير (PTSD) يعتمد على عدد من العوامل الشخصية والموقفية ، ووفقا لهذا النموذج فإن ميكانيزمات التكيف والدفاع الذاتي(Self-defensive) تضطرب نتيجة العبء النفسي (Psycho Overload) الناتج عن طبيعة الخبرة الصدمية وشدتها ومعناها .

أما ماسك (Masic) فقد قدم تصورا لتفسير (PTSD) يتمثل بالصدمة ، والصدمة الحضارية ، ورسم أطوارا لكل منهما ووضع استراتيجيات علاجية (نفسية – اجتماعية) . وأطوار (PTSD)عنده تبدأ بالصدمة الحادة (Acute Shock) وفيها تقل جميع الوظائف النفسية ويعاني المريض من هلع شديد ونوبات قلق وتجربة استرجاع لحوادث الصدمة وتفاصيلها .

أما طور الاستتار (الطور السلبي) (Hiding Negative Phase) فيتم فيه تأسيس دفاعات نفسية قوية ضد عملية استذكار الصدمة . أما طور التعبير الانفعالي (Emotional Expression) فإن الشخص المصدوم يعاني فيه مرة أخرى من مشاعر الضغط المرتبطة بحادث الصدمة ، كالشعور بالخوف والغضب والكراهية ، وظهور أول علامات الحزن ، ويصبح مكتئبا ، أما الطور الرابع وهو التكيف الجزئي أو النسبي (Relative adaptation and sadness) ففيه يعمل الفرد المصدوم على جوانب معرفية وانفعالية جديدة للخبرة الصدمية ويصبح الشخص المصدوم في هذا الطور راغبا في التحدث عن الخبرة الصدمية ، وتكون العلاقات مسالمة مع الآخرين مع قلة الشكوى وشدة الرغبة في فهم ما حدث ، ولا يعود يشعر أنه الضحية فقط . أما الطور الخامس والأخير فهو (Final phase) وفيما سبق فإن الشخص المصدوم كان يعيش غيمة مظلمة لكنه في هذا الطور يرى نور الشمس .

أما التشخيص النفسي (Psycho-diagnostic) لاضطراب (PTSD) فيعتمد على تحديد الأغراض العامة للاضطراب والخطوط العريضة لمسار العلاج المحتمل والاستجابة للأنواع المختلفة من العلاج ، زيادة على إعداد الأساس الضروري للدراسات الإحصائية والبحثية . إن تشخيص (PTSD) يتطلب ما هو أكثر من مجرد فحص المريض والتأكد من مجموع الأعراض ، وهو غالبا ما يتطلب طريقة دينامية وتعبيرات وعبارات متعاطفة ومثيرة للاهتمام .

أما فيما يتعلق بعلاج (PTSD) فإن عملية تشخيصه وعلاجه تعتبر من الأمور المعقدة ، بسبب النطاق الواسع لأعراضه ، والخصائص النفسية البيولوجية المعقدة (الهمص ،٢٠٠٩ :٣-٩) .

وهناك كثير من المراجع تناولت هذا الجانب من عدة زوايا مختلفة ،فهناك من اكد على ان اضطراب مابعد الصدمة يتشكل حسب عدة نماذج على النحو التالي:

١- معالجة الانباءات (المنبهات): إن معالجة الانباءات (المنبهات) تعتبر من أهم النظريات التي حاولت أن تفسر اضطراب ما بعد الصدمة، حيث إن الانباءات تغزونا من كل حدب وصوب، قسم منها يستوعبه الدماغ وتتم معالجته (ترميز، حل ترميز ، السلوك) بينما لا تتم معالجة القسم الآخر بشكل صحيح؛ لأن الانباءات تكون ناقصة أو فوق طاقة الجهاز العصبي (جهاز الاستقبال كما هي الحال مثلاً في الكوارث والصدمات بحيث لا تتلائم المنبهات الخطيرة الطارئة مع خبرات الشخص ونماذجه المعرفية؛ لأنها تتخطى الإطار السوي للتجربة الإنسانية، وهذا ما يؤدي إلى حدوث التشويه والاضطراب في معالجة الانباءات، وفي هذه الحالة تبقى الانباءات (المنبهات) الصادمة ناشطة وبشكلها الخام وهي تستمر في ضغطها المؤلم على الشخص الذي يحاول عبثاً أن يبعدها عن عتبة الوعي حتى يشعر بالراحة والأمان (مكتب الإنماء الاجتماعي، ٢٠٠١: ٢٦٦).

٢- النموذج السيكولوجي(يعقوب، ١٩٩٩: ٤٥) : فكرته وضع نموذج نفسي واجتماعي لتفسير اضطراب ما بعد الصدمة حيث إن مصير الصدمة يتوقف من جهة على حدتها وطبيعتها، ومن جهة أخرى على شخصية الفرد المصدوم ودور البيئة، إذ كلما كانت العوامل النفسية والبيئية ملائمة؛ كلما كان الفرد المصدوم قادراً على تخطي آثار الصدمة واستعادة التكيف إلى حد معقول.

٣- نظرية التعلم والتشريط : ذكر (أسعد ، ١٩٩٤) بأن هناك نوعان من التعلم القائم على الاشراط ، وهما :

أ- التشريط الكلاسيكي: الذي يدرس ردّات فعل الجسم أو الكائن إزاء ضغوط البيئة (المنبهات) وفيه يكون الفرد خاضعاً لتلك الضغوط، وليس له الخيار في تبديلها(إيفان بافلوف).

ب-التشريط الفاعل (سكنر) : حيث يكون الشخص قادراً على التحرّك والرد على منبهات البيئة بالشكل الذي يراه مناسباً.

وكلما كان الرد صحيحاً؛ يكون التعزيز (مكافأة) حافزاً لاستمرار العمل والعكس بالعكس، فالشخص المصدوم (حرب، تعذيب،....) يحاول أن يهرب من المنبهات التي تذكره بالصدمة (التجنب) وهذه المنبهات قد أصبحت مؤلمة للشخص؛ لأنها اقترنت بعمليات التعذيب أو تزامنت معها.

من هنا يبدو أن الماضي المؤلم (التجربة الصادمة) يستمر عبر الحاضر والمستقبل، وكأن الصدمة تطغى على كل شيء بحيث لا يعود التفكير المنطقي يعمل بشكل سليم.

إن النموذج السلوكي يساعد على فهم اضطراب ما بعد الصدمة من خلال نظرية التشريط، فالصدمات والنكبات والحروب تعتبر بمثابة منبهات مطلقة غير مشروطة تؤدي إلى استجابة الخوف وردات فعل فيزيولوجية مطلقة .

٤- النموذج المعرفي: يرمي النموذج المعرفي إلى إدراك معنى الحدث عند الفرد وكيف تظهر لديه المعاناة، ويبدو أن هذا الأمر يتوقف إلى نظرة الفرد إلى ذاته والعالم، فالصدمة تؤدي إلى زعزعة البيانات الشخصية، فنظرة الشخص إلى الواقع وتكيفه معه يرميان إلى تحقيق الأهداف التالية:

- الحفاظ على التوازن القائم بين كفتي اللذّة والألم.
- الحفاظ على اعتبار الذات بشكل مقبول.
- الرغبة في الاتصال والكلام مع الآخرين.

وعلى هذا الأساس فإن هناك ثلاثة معتقدات شخصية تفسر موقف الإنسان السوي من الواقع أو العالم الخارجي وهي:

- أن هذا العالم هو مصدر الخير والإنشراح.
- أن لهذا العالم قيمة ومعنى ويمكن التحكم به.
- أن الأنا لها قيمتها وأهميتها الخاصة (أنا شخص محبوب وجدير بالتقدير والاحترام).

إن المعتقدات المذكورة موجودة عند الشخص السوي أو العادي والذي يثق بنفسه ويبني آماله من خلال الواقع الذي يعيش فيه وبالتالي لا يتصور بأنه سوف يتعرض لفشل محتم أو لكارثة تخرج عن نطاق المعقول.

٥- النموذج البيولوجي: (يعقوب، ١٩٩٩: ١٨٨) حاول بعض الباحثين أن يربط اضطراب ما بعد الصدمة بعمل الدماغ وما يطرأ عليه من تبديلات كيميائية وفيزيولوجية ووظائفية، فالصدمة تؤدي إلى اضطراب في وظيفة الدماغ وبعض أنحاء الجسم، وهذا الاضطراب يظهر على الشكل التالي:

- ارتفاع في نسبة الكاتيكولامين في الدم.
- ارتفاع في نسبة الاسيتيلكولين.
- انخفاض نسبة النوراپينزين.
- انخفاض نسبة السيرتونين والدوبامين في الدماغ.

إن مصير اضطراب ما بعد الصدمة يتوقف على نشاط الإفرازات المذكورة وكذلك على المواد المخدرة التي يفرزها الدماغ، ويبدو أن الدماغ يقوم بهذه الوظيفة عندما يتعرض الشخص للصدمة وبعد أن تمر الصدمة تحدث حالة شبيهة بالانسحاب والذي نلاحظه في عوارض الانقطاع الفجائي لمتعاطي المخدرات .

العوامل التي تعتمد عليها شدة الصدمة:

ذكر" دويدار والصديق :٢٠٠١" في مقارنة للكوارث اللبنانيه والكويتيه ، عدة مظاهر تعتمد عليها الصدمة ،اهمها:

أ – **توقع الكارثة** : كانت الكارثة اللبنانية متوقعة وذات بداية تدريجية متصاعدة وممتدة زمنيا. في حين كانت الكارثة الكويتية مفاجأة وصاعقة وغير ممكنة التجنب. ومن المعتاد ان تكون الكارثة الفجائية اعمق اثرا واكثر احتمالا للتجسيد (Somatisation) .

ب – **مدة التعرض للكارثة:** امتدت تهديدات الحرب اللبنانية على مدى سنوات هذه الحرب البالغة سبعة عشر سنة. مقابل التهديد المحدود زمنيا للحرب الاخيرة جعل شدتها تستمر لبضع سنوات بعد نهايتها عبر مرات تكرار الكارثة. والخوف من التكرار هو نوع من انواع اجترار الكارثة.

ج – **نوعية الصدمات المرافقة للكارثة:** حيث الفارق بين التجربتين هو الفارق بين تجارب الحرب الاهلية والحرب التقليدية حيث تمتاز الاولى بتهديد اكثر مباشرة للمدنيين وباقترابها من حرب الشوارع. لكن الخوف من تطور الصراع باتجاه استعمال الاسلحة غير التقليدية جعل التجربتان تمارسان انعكاسات متشابهة مع اختلاف اشكال التهديد.

د – **الاستعدادات في مواجهة الكارثة:** كان اللبنانيون اكثر استعدادا لمواجهة الكارثة. بل ربما كانت كثافة هذه الاستعدادات سببا في تعجيل اندلاع الحرب الاهلية. في حين انعدمت استعدادات الكويتيين لغاية اصابتهم بالذهول وبعدم التصديق.

هـ – **مصير الكارثة:** الآن وبعد ان تم تطويق الكارثتين، فإن البحث بات متركزا حول مصير الصدمات المصاحبة للكارثة. واذا كان هذا المصير متشابها في معظم الحالات فإن الاختلاف يأتي من واقع تكرار الصدمة لدى اللبنانيين بالمقارنة مع الكويتيين. ومن البديهي القول بأن التكرار يجعل مصير الصدمة ومستقبلها اكثر ظلامية .

ولقد ذكر(موسى، ٢٠٠٠ :١٨) بأن الصدمات تتنوع وتنقسم إلى كوارث طبيعية وكوارث من صنع البشر، وتتعدد ردود الأفعال للضغوط الواقعة على الفرد، وتختلف استجابات الأفراد لخبرة الصدمة اختلافاً كبيراً ويعتمد هذا الاختلاف على عدد من العوامل من أهمها ما يلي:

- ظروف الصدمة (نوعها – مدتها – الأشخاص).
- الفروق الفردية بين الأشخاص في الاستجابة للصدمة نفسها.
- طرق مواجهة المشكلات ومحاولة التغلب عليها أو الأنماط المميزة للتعامل مع المواقف الضاغطة .

ولقد ذكر (الحجار،٢٠٠٤) بأن هناك عاملان يجعلان الحدث حدثا صادما :

١. تهديد بالموت أو إصابة خطيرة تلحق بنا أو بشخص آخر .
٢. شعور قوي بالخوف والعجز.

والحدث الصادم عادة حدث لا يوقف له على حال ولا يمكن التحكم به وهو يحطم إحساسنا بالأمن ويتركنا عرضة للإصابة وفي حالة مضطربة. ولا داعي لأن يكون الحدث حدثا يتعرض له الشخص بصورة مباشرة ، فنبأ وفاة مقرب إلينا أحيانا يتعرض له الشخص بصورة مباشرة أو مشاهدة اعتداء إرهابي على شاشة التليفزيون يمكن أن يكون حدثا صادما.

يتعافى معظم من يتعرضون لحادث صادم بعض بضعة أشهر دون أن يحتاجوا مساعدة مهنية . فالعقل ، كالجسم يعرف كيف يتعافى من الإصابات وكيف يتغلب عليها .

وتحتاج أقلية المصابين بالصدمة إلى مساعدة مهنية. ولحسن الحظ توجد علاجات نفسية فعالة محدودة المدى. وتهدف هذه العلاجات إلى مساعدة العقل على استعادة قواه الشافية الطبيعية (خيربك، ٢٠٠٨ :١٦).

أعراض ومعايير اضطراب مابعد الصدمة حسب التصنيف الرابع:

يحدث اضطراب ما بعد الصدمة النفسية (PTSD) بعد تجارب مرعبة ، وهو يصيب الكثير من الاشخاص الذين تعرضوا لحوادث صدمية (كالاغتصاب أو العنف الأسري أو الحروب أو الكوارث الطبيعية، كالفيضانات والهزات الأرضية وغيرها والكوارث المصطنعة ، كالاعتداءات العنيفة والتعذيب والأسر) .

ويعاني المصابون باضطراب (PTSD) من أفكار مرعبة مستعصية وذكريات مؤلمة عن الحادث وشعور بالبرود الانفعالي ، وإن الحادث الصدمي الذي سبب هذا الاضطراب ينطوي دوما على تهديد الحياة والانذار بقرب الموت .

يستذكر المصدومون دوما حادث الصدمة في صورة كوابيس واستذكارات مزعجة خلال النهار، وقد يعانون من مشاكل في النوم ومن الكآبة والشعور بالانعزال والبرود العاطفي ، وانعدام الحس وسرعة الجفلة (الجفلة المفرطة)، وقد يتلاشى الاهتمام بالأمور التي اعتادوا على ممارستها. وقد يشعرون

بالهيجان والعدوانية أكثر من ذي قبل، ويكونون أشد قوة وعنفا، وعادة ما تثيرهم أشياء تذكرهم بالحادث، مما قد يؤدي إلى اجتنابهم لأماكن ومواقف معينة، تثير الذكريات الأليمة لديهم، وغالبا ما تكون الذكرى السنوية للحادث الصدمي هي الشرارة التي تشعل هذا الاضطراب وتثير أعراضه الشديدة .

قد يكون هذا الاضطراب مصحوبا بالكآبة، أو العدوانية الشديدة أو القلق ، وتتراوح شدة أعراضه بين المعتدلة والحادة ، وقد تكون هذه الأعراض سهلة التهيج ، وتولد نوبات عنيفة، ففي الحالات الحادة، يعاني المضطربون من سوء تكيف في العمل والعلاقات الاجتماعية، وقد يعاني المضطرب من تصرفات وهمية كسماع أصوات، أو شم روائح فيتوهم أن حادث الصدمة يعود من جديد، وفيما يخص قسما من المصابين، فإن أعراض (PTSD) تكون قصيرة الأمد وسريعة الزوال، لكن القسم الآخر يعاني باستمرار لشهور أو سنوات ولا يتحسن هؤلاء إلا من خلال التداخل العلاجي (يونس، ٢٠٠٥: ٥٨١) .

ولقد ذكر(النابلسي، ١٩٩٨: ٥٨) حسب الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للأمراض النفسية (DSM IV ، ١٩٩٤) اعراض اضطراب مابعد الصدمة كما يأتي:

أ) تعرض الشخص لحادث صدمي وحدث التالي:

١- مر الشخص بخبرة أو شاهد أو واجه حدثاً أو أحداثاً تضمنت موتاً حقيقياً أو تهديداً بالموت أو إصابة بالغة أو تهديداً شديداً لسلامة الشخص أو الآخرين.

٢- تتضمن استجابة الشخص خوفاً شديداً وإحساساً بالعجز والرعب، وفي الأطفال يظهر هذا في صورة سلوك مضطرب أو هجاجة.

ب) تتم إعادة معايشة الحدث الصدمي بطريقة أو بأخرى من الطرق التالية:

١- تذكر الحدث بشكل متكرر ومقتحم وضاغط وذلك يتضمن صوراً ذهنية أو أفكاراً أو مدركات.

٢- استعادة الحدث بشكل متكرّر وضاغط في الأحلام.

٣- التصرف أو الشعور وكأن الحدث الصدمي عائد.

٤- انضغاط نفسي شديد عند التعرض لمثيرات داخلية أو خارجية ترمز إلى أو تشبه بعض جوانب الحدث الصدمي .

٥- استجابات فسيولوجية تحدث عند التعرض للمثيرات سابقة الذكر.

ج) التفادي المستمر لأي مثيرات مرتبطة بالحدث إضافة إلى خدر عام في الاستجابات.

د) أعراض زيادة الاستثارة بشكل دائم.

هـ) الأعراض مستمرة لمدة شهر على الأقل (أمّا إذا كانت أقل من شهر فيطلق عليها اضطراب الكرب الحاد).

و) يسبب هذا الاضطراب انضغاطاً إكلينيكياً واضحاً أو يؤدي إلى تدهور في الأنشطة الاجتماعية أو الوظيفية أو جوانب أخرى هامة.

وفي الأطفال ربّما لا نجد عملية استعادة الحدث بالشكل المألوف كالكبار وإنما نجد عملية تمثيل الحدث أثناء اللعب، أو نجد أحلاماً مفزعة لا يستطيع الطفل ذكر محتواها (الهمص ، ٢٠٠٩ : ٦-٩) .

عوارض اضطراب ما بعد الصدمة حسب جمعية الطب النفسي الأمريكية:

١. أن يعيش الشخص حدثا يتخطى الإطار المألوف للتجربة الإنسانية وأن يكون هذا الحدث مؤلما لدى أي شخص آخر مثل التهديد الشديد أو الخطير على الحياة الشخصية أو الجسد، التهديد الشديد الذي يتناول أحد الأبناء أو الزوجة أو أحد الأخوة أو أحد أفراد العائلة، التدمير المفاجئ المزلزل، رؤية أحد ينزف دما أو يقتل أمام الشخص كنتيجة لحادث أو لاعتداء جنسي.

٢. أن يعيش الشخص الحدث – الصدمة – بشكل دائم وعلى الأقل بإحدى الوسائل التالية أو أكثر :

أ- عودة وتدخل الذكريات المؤلمة (صور وأحداث) للحدث (عند الأطفال الصغار، هناك اللعب المتكرر حيث يعبر الطفل بواسطته عن أشكال الصدمة ومتونها.

ب- الكوابيس المتعلقة بالحدث (الأحلام المخيفة) والتي تكون أحيانا ذات محتوى لا يمكن التعرف عليه .

ت- الفعل الفجائي أو الشعور بأن الحدث – الصدمة – قد يعود من جديد: شعور الشخص مثلا أنه يعيش التجربة بالإضافة إلى الأوهام والهلوسات وفترة من التفكك (ومضات) مثل التي تحدث أثناء اليقظة أو في حال التسمم .

ث- ضيق نفسي شديد عند التعرض لإحداث ترمز أو تشابه في شكلها الحدث – الصدمة- بما في ذلك الذكرى السنوية للصدمة .

٣. التجنب الدائم للمنبهات المرتبطة بالصدمة أو الخمود (التبلد) في الاستجابة العامة (لم تكن موجودة قبل الصدمة) . وهذا التجنب يظهر في ثلاثة أشكال على الأقل :

أ- بذل الجهود لتجنب الأفكار والمشاعر المرتبطة بالصدمة .

ب- بذل الجهود لتجنب الأنشطة والوضعيات التي توقظ ذكريات الصدمة .

ت- عدم القدرة على تذكر الجزء الهام من الصدمة (لأسباب نفسية) .

ث- انخفاض ملحوظ في الاهتمام بأنشطة هامة (مثلا عند الأطفال الصغار نلاحظ فقدان بعض المهارات المكتسبة حديثا مثل العناية بالنظافة البدنية والمهارات اللغوية) .

ج- الشعور بالانفصال والنفور من الآخرين .

ح- الانحسار في المجال العاطفي (عدم القدرة على الشعور بالحب) .

خ- الشعور بضيق المستقبل بحيث لا يتوقع بأن يتزوج وأن ينجب أطفالا وأن تكون له حياة طويلة .

٤. عوارض دائمة من الاستثارة الزائدة (لم تكن موجودة قبل الصدمة) كما يشير إليها على الأقل اثنان من العوارض التالية :

أ- الصعوبة في النوم والاستغراق فيه .

ب- الاهتياج وهبات الغضب .

ت- صعوبة التركيز .

ث- الاحتراز الزائد .

ج- المبالغة في استجابة الإجفال (STARTLE RESPONSE).

ح- ردة فعل فيسيولوجية إزاء التعرض للأحداث التي ترمز إلى الصدمة أو تشابه شكلا من أشكالها (مثل امرأة قد سبق لها وتعرضت للاغتصاب داخل المصعد نراها تصاب بالتعرق والاضطراب في كل مرة تستعمل فيها المصعد) .

خ- استمرار الاضطراب على الأقل لمدة شهر أو ستة أشهر أو ظهور العوارض بعد ستة أشهر من بدء الصدمة (الشكل المتأخر أو المزمن) (مكتب الإنماء الاجتماعي ١ ، ٢٠٠١ : ١٩٦) .

وقد ذكر (موسى ،٢٠٠٠ : ٢٩) علامات واعراض للصدمة على الفرد:

ينجم عن الحادث الصدمي علامات وأعراض على الفرد الذي تعرض لهذا الحادث وهذه العلامات والأعراض العضوية والانفعالية والمعرفية والسلوكية:

١- الأعراض العضوية:

-العرق الزائد.

-نوبات من الدوار.

-ارتفاع ضغط الدم.

-زيادة ضربات القلب.

-التنفس السريع.

٢- الأعراض الانفعالية:

-الغضب.

-الأسى.

-الاكتئاب.

-القهر.

٣- أعراض معرفية:

اختلاط التفكير

- صعوبة اتخاذ القرار.

- انخفاض التركيز.

- خلل في وظيفة الذاكرة.

٤- العلاقات والأعراض السلوكية:

- اضطرابات الأكل.

- اضطرابات النوم.

- اضطرابات الملبس.

ويمكن توضيح اعراض ما بعد الضغوط الصدمية (PTSD) بثلاث فئات رئيسية مع شرط في التشخيص يتمثل في ان تستمر اعراض كل فئة منها لأكثر من شهرين وعلى النحو التالي كما وضحها (الكبيسي، ١٩٩٨: ٤):

أولا: اعادة خبرة الحدث الصدمي :

ويعنى هذا المعيار ان يستعيد المريض او يتذكر الحدث الصدمي الذي خبره ، ويتم ذلك بواحدة او اكثر من الطرائق الاتية :

١- كوابيس او احلام مزعجة و متكررة ، لها علاقة بالحدث الصادم (وهي اكثر الاعراض شيوعا).

٢- ذكريات وافكار ومدركات اقتحامية وقسرية ومتكررة عن الحدث ، تسبب الحزن والهم والتوتر .

٣- الشعور كمان لو ان الحدث سيعاود الوقوع ، وتذكر الحدث على شكل صور او خيالات .

٤- انزعاج انفعالى شديد لاى تنبيه يقدح زناد ذكريات الحدث الصادم (رؤية مكان يشبه مكان الحدث – رؤية شخص كان موجودا ساعة وقوع الحدث – رؤية جنازة او أي تنبيه يذكره بالحدث الصادم).

ثانيا: تجنب التنبيهات المرتبطة بالحدث الصادم :

وتعنى ظهور استجابات تجنبية لدى الفرد لم تكن موجودة لديه قبل تعرضه للصدمة ، وتتبدي اعراض هذا المعيار بواحدة او اكثر من الطرا ئق الاتية :

- تجنب الاماكن او الاشخاص او المواقف التى تذكر الفرد بالحدث الصدمي .
- طرد الافكار والانفعالات التى تذكره بالحادث وتجنب الحديث عنه مع افراد اخرين ويضطر لتناول العقاقير او المخدرات او الكحول هربا من كل شيء يذكره بالحادث .
- انخفاض في ممارسة الفرد للنشاطات او الهوايات التى كان يزاولها ويستمع بها قبل الحادث .
- فتور عاطفي ملحوظ لاسيما ضعف القدرة على الشعور بالحب .
- الابتعاد عن الاخرين والشعور بالغربة عنهم .

ثالثا: أعراض فرط الاستثارة:

وتعنى ظهور حالات من الاستثارة لم تكن موجودة قبل تعرضه للصدمة وهي :

صعوبات تتعلق بالنوم – كأن يستيقظ في الليل ولا يتستطيع النوم ثانية – نوبات غضب او هيجان – مصحوبة بسلوك عدوانى لفظي او بدني – حذر او تيقظ شديد وصعوبة بالغة في الاسترخاء – صعوبات في التركيز على اداء نشاط يمارسه ، او متابعة نشاط يجرى امامه – ظهور جفلة غير عادية لدى سماع المريض صوت جرس او هاتف او اى صوت مفاجيء وحتى عندما يلمسه شخص بشكل مفاجيء .

رابعا: الشعور بالخدر في بعض مناطق من الجسم وسرعة الاثارة .

خامسا: استمرار الاعراض ١ و٢ و٣ اكثر من شهر.

سادسا: اضطرابات الحياة المهنية والاجتماعية وجوانب وظيفية اخرى مهمة في حياة الشخص.

مع ان هذه الاعراض هى الرئيسة فان هناك اعراضا اخرى تظهر على المصابين بهذا الاضطراب (PTSD) من قبيل: القلق النفسي، الكآبة، الشعور بالذنب، فضلا عن وجود مشكلات اسرية، وافكار انتحارية، وعنف انفجاري (الحواجري ،٢٠٠٣: ٢٥-٢٦) .

ولقد ذكر(جاراالله ،٢٠٠٣ :١٧) الأعراض النفسية والجسدية لاضطراب مابعد الضغوط الصدمية :

أ . تكرار معايشة الكارثة.

وهو العنصر الأساسي الدال على الحالة المرضية. فالأطفال يعبرون عن صدمتهم بتمثيل ذلك في رسوماتهم، وفي ألعابهم. معايشة الحدث حسيا، خاصة عندما يكون الطفل شارد الذهن أي يكون في حالة إسترخاء فكري (مثلا، عندما يكون أمام شاشة التلفزيون، أو منشغلا بعمل مدرسي، وأثناء النوم).

ب . إضطرابات الوظيفة المعرفية.

الأطفال يسردون حالة الذعر والخوف التي مروا بها دون نسيان أدنى حدث، لكن بصفة غيرمتتالية زمنيا، هناك إضطراب في سرد تتالي الوقائع ، نتيجة أفكار دخيلة؛ مثل، التوقع وبالتالي تأخير وتقديم سير تتالي وقائع الحادثة.

أما الكبار فهي حالة توتر و قلق، بطء فكري وحركي أحيانا فرط حركي وتهيج.

ج . فرط النشاط العصبي (الحركي والجهاز المعاشي) .

فرط النشاط تمثله مجموعة من الأعراض . الأطفال المصابين بالصدمة يتميزون بفرط الحركة . ويشتركون مع الكبار في: نوبات قلق ، حالة استنفار وردود فعل سريعة مع ارتجاف .كما يجد الكثير من الأطفال صعوبة كبيرة في مراقبة دوافعهم ، أي غياب كل مراقبة ذاتية .

د . اضطراب النوم.

الأرق نتيجة حالة المقاومة المتمثلة في الإبقاء على حالة النباهة ، وبالتالي منع حالة الاسترخاء اللازمة للدخول في أول مراحل النوم. وهناك حالات الاستيقاظ المتكرر من النوم ، بسبب الأحلام المزعجة ، ويصحب ذلك خفقان القلب ، قلق شديد ، تعرق ، دون تذكر الحلم المزعج .

هـ . اضطراب في الغذاء.

يمكن أن يحدث فقدان الشهية ، أو عملية اختيار لنوعية الأكل .

و . <u>اضطرابات جسدية.</u>

من الأعراض الجسدية التي يشتكي منها المتعرض للصدمة، صداع ، ألم في البطن ، خفقان القلب ،تعرق ، أحيانا تقيء .

ك . <u>اضطرابات جنسية.</u>

ضعف جنسي نفسي ، اضطرابات في العادة الشهرية لدى المرأة.

ل . <u>اضطرابات تعليمية.</u>

بالنسبة للأطفال **المتمدرسين** ، نلاحظ فقدانهم لأدنى اهتمام بمتابعة التعليم ، خاصة أطفال المرحلة الإبتدائية . حالة التوتر وفرط الحركة واضطراب التركيز ورهافة الإحساس، تمنع على المدى القريب من الصدمة أو المتوسط ، انتظام قدرة الاستيعاب ؛ التي تستلزم حدا من الاستقرار النفسي والصحة البدنية (جاراالله ،٢٠٠٣، ١٧).

من مظاهر الأعراض النفسية على المرأة جراء العنف والقوة التي استخدمتها قوات الاحتلال وما ولدته الحرب من مآسي:

- التوتر وانشغال البال لأحداث عديدة لأغلب اليوم .
- الخوف الاجتماعي وخاصة من بعض المواقف الاجتماعية .
- الشعور بالإعياء والتعب والإرهاق .
- الخوف والقلق وخاصة في حالة تذكر المواقف الصدمية والخبرات المؤلمة الخطيرة وردود الأفعال التي حدثت .
- إعادة تذكر الصدمة من خلال سيطرة بعض الأفكار غير المرغوبة وصعوبة التخلص منها ، فضلا عن التخيلات والهلاوس المصاحبة للصدمة ، ومظاهر الاختلال العقلي ، الخداع ، الهذيان .
- زيادة الاستثارة وتمثل ذلك بالعصبية وضعف الثقة بالنفس والفزع واضطرابات في النوم .
- الإحساس بالاتكالية والاعتماد على الرجل .
- التجنب والانسحاب الاجتماعي خاصة تجنب المواقف المزعجة ومكان وقوع الحادثة ومحاولة دفع الأفكار المؤلمة والشعور بفقدان الإحساس والخدر وصعوبة الاستمتاع بالحياة.

- الشعور بهجمة الرعب وهو شعور بالتهديد والضياع والتنقل من مكان لآخر والجري من المكان بطريقة عشوائية وبحركة غير منتظمة .
- القلق من المستقبل المجهول .
- فقدان الإحساس بالمبادرة والمبادأة واتخاذ القرار .
- انخفاض العلاقات والتفاعل مع الجنس الآخر .
- الإدمان على الكحول والمخدرات والعقاقير الطبية .
- الإحساس بالإذلال والمهانة .
- الإحساس بالعجز .
- سرعة الغضب .
- الشعور بالذنب والخجل .
- الحزن والاكتئاب .
- سوء استغلال الأموال .

ولاشك أن هذه الآثار النفسية أدت إلى الإصابة بالأمراض النفسية الجسمية كفقدان الشهية ، اضطراب الدورة الدموية ، ارتفاع الضغط ، اضطرابات في المعدة والبنكرياس ، الآلام وأوجاع في المفاصل والصدر وصداع في الرأس وغيرها (الحلبي ،٢٠٠٥ :١٢٣) .

تشخيص اضطراب ما بعد الصدمة:

اضطراب ما بعد الصدمة هو اضطراب قلق يحدث بعد التعرض لحادث انطوى على تهديد فعلي بالموت أو أذية خطيرة، أو تهديد للسلامة الجسدية للذات أو للآخرين بالنسبة لتصنيف DSM يجب أن يكون الشخص أيضا قد مر بخوف شديد أو انعدام الحيلة أو الذعر حين حصول الحادث، يجب أن تستمر الأعراض لمدة شهر على الأقل وأن تسبب ضائقة بارزة من الناحية السريرية أو اختلالا في الوظيفة الاجتماعية أو المهنية أو مجالات أخرى هامة من الأداء الوظيفي، يغدو اضطراب ما بعد الصدمة الحاد مزمنا إذا استمر لأكثر من ثلاثة أشهر، تبدأ الأعراض بعد فترة قصيرة من الصدمة، ولكن قد يكون البدء متأخرا إذا بدأت بعد ستة أشهر على الأقل ، تتضمن الأعراض:

- أفكار مقتحمة intrusive ومسببة للضيق وأحلام عن الحادث .
- الاستثارة .

- فرط التنبه أو الاحتراس .
- سلوك تجنبي ، مثلا تجنب الكلام عن احداث يمكن ان تثير.
- تعرض الشخص المباشر للحادث ، كأن يتعرض للسب أو الاغتصاب أو أن يكون شاهد عيان على الحادث ، كأن يكون المريض قد شاهد سلبا أو اغتصابا ، أو الاطلاع على حادث يؤثر على أحد أفراد العائلة أو شريك ، مثلا اكتشاف الزوج أن زوجته قد تعرضت للاغتصاب .

قد تظهر الأعراض بعد الحادث مباشرة ، أو قد تأخذ عدة أشهر لكي تظهر لدى نحو ثلث المرضى تأخذ الأعراض سيرا مدى الحياة (حسون،٢٠٠٧ :٦٤) .

وفي بعض الأحيان يأخذ كرب ما بعد الصدمة بعض الوقت كي تظهر أعراضه، وهذا الوقت يتفاوت فيقصر في بعض الحالات إلى أسبوع ويطول في حالات أخرى ليصل إلى ثلاثين سنة (kaand Sadock 1994 Kaplan) تتفاوت شدة الأعراض من وقت لآخر ولكنها تبلغ ذروتها في أوقات الانضغاط النفسي. وقد تبين من الدراسات التي أجريت على الحالات النمطية من كرب ما بعد الصدمة أن ٣٠% من الحالات يتم شفاؤها تماما و ٤٠% يستمرون في المعاناة من بعض الأعراض البسيطة، و٢٠% يعانون من أعراض متوسطة الشدة، في حين يبقى ١٠% كما هم أو يتدهورون أكثر.

وهناك علامات تشير إلى توقع تحسن الحالة منها: ظهور الأعراض بعد وقت قصير من وقوع الحدث ، قصر مدة الأعراض (أقل من ستة شهور)، كفاءة أداء الشخصية قبل المرض، وجود تدعيم اجتماعي جيد ، وأخيرا عدم وجود اضطرابات نفسية أخرى مصاحبة للحالة (Kaplan and Sadock 1994). وقد وجد بشكل عام أن المآل يصبح أسوأ في الأطفال وكبار السن مقارنة بمتوسطي العمر ربما لافتقاد هاتين الفئتين لقدرات المواجهة ومهارات التكيف (المهدي، ٢٠٠٤ : ٢٣) .

ويذكر (عبد الرحمن، ٢٠٠٠: ٩٧) أن اضطراب ما بعد الصدمة قد يستمر عدة أشهر أو سنوات. ويبدوا أن هذه المدة تتوقف على طبيعة الصدمة من جهة وشخصية المصاب من جهة أخرى . وجد هيلزر ومعاونوه (HELZER et al 1987) من خلال دراستهم على الجنود المقاتلين في فيتنام وعلى الأشخاص الذين تعرضوا لاعتداء جسدي شديد ، أن عوارض اضطراب ما بعد الصدمة قد تستمر إلى أكثر من ثلاث سنوات وتتخذ شكل المرض المزمن ، ومن جهته وجد دافدسون ومعاونوه (DAVIDSON et al 1999) أن الشكل المزمن لاضطراب ما بعد الصدمة

يظهر أكثر عند المقاتلين الذين يعيشون أهوال الحروب والمعارك وكذلك عند الذين يشاهدون أعمال العنف والقتل .

وتبين أيضا أن التجنب والشعور بالذنب يستمران لمدة طويلة بالإضافة إلى الشكوى السيكوسوماتية والرهاب الاجتماعي .

وإذا كانت بعض الحالات من اضطراب ما بعد الصدمة تستمر طويلا ، فإن الأمر يختلف بالنسبة للحالات الأخرى حيث يتلاشى فيها الاضطراب مع مرور الزمن ، وقد وجد ماكفران (MCFARLANE 1988) أن هناك ٢٧% من الحالات يختفي فيها الاضطراب المذكور . ويذهب بعض العلماء إلى الاعتقاد بأن استمرار الاضطراب لمدة طويلة (الشكل المزمن) يرتبط بشخصية سريعة العطب وذو تاريخ مرضي . إذ وجد هيلزر وزملائه (HELZER 1987)أن هناك ٨٠% من المصابين كان لديهم تاريخ مرضي ويبدو أن اضطراب ما بعد الصدمة قد يترافق في بعض الأحيان بعوارض إضافية ملازمة (COMMORBIDITY) مثل الاكتئاب والقلق والاضطرابات السيكوسوماتية والوسواس القهري وتعاطي الكحول والمخدرات .

ويعتقد (MCFARLANE 1989) بأن وجود عامل مرضي سابق في الشخصية هم من العوامل الأساسية لظهور اضطراب ما بعد الصدمة والتوجه نحو الشكل المزمن يبدو من المفيد أن ندرس هنا عوامل المخاطرة (RISK FACTORS) الكامنة أي الموجودة عند الشخص قبل حدوث الصدمة لنحدد على ضوء ذلك مصير الاضطرابات ومساراته المرضية ، وعوامل المخاطرة هي:

١. وجود أمراض نفسية في العائلة .
٢. تدني المستوى الاقتصادي عند الأهل .
٣. سوء معاملة الشخص منذ الطفولة وتعرضه للأذى الجسدي .
٤. انفصال الوالدين أو الطلاق قبل سن العاشرة .
٥. اضطراب السلوك عند الشخص .
٦. فقدان الثقة بالنفس في مرحلة المراهقة .
٧. عوامل المخاطرة عند النساء ما بين ٣٦-٥٠ سنة .
٨. الشخصية العصابية والانطواء .
٩. تعاطي المخدرات والكحول قبل حدوث الصدمة .

إلى جانب هذه العوامل الكامنة ، هناك عامل الصدمة إذ تبين أن الجنود الذين تعرضوا لأهوال المعارك والجراح في فيتنام قد ارتفعت لديهم نسبة الإصابة باضطراب ما بعد الصدمة ثلاثة أضعاف بالمقارنة مع الجنود الذين لم يتعرضوا لذلك .

إذن كلما كان التعرض للصدمة قويا كلما زاد الاحتمال لظهور اضطراب ما بعد الصدمة، وكلما كانت هناك عوامل مخاطرة كاملة في الشخصية كلما ارتفعت نسبة الإصابة بالاضطراب عند الشخص (خيربك، ٢٠٠٨ :١٠٣-١٠٤) .

علاج المصائب والازمات:

من المجالات الهامة في علم النفس الارشادي ارشاد وعلاج المأزومين او ارشاد وعلاج اضطرابات ما بعد الصدمة PTSD ، وهو مجال نما حديثا في المجتمعات الغربية والعربية ، وظهر علم نفس الصدمات psychotraumatology الذي يبحث في المصائب والكوارث التى تحل بالانسان، ويعالج ما يتولد عنها من اضطرابات نفسية. (Everly & lating ,1959)، وموضوع المصائب او الكوارث له جذور عميقة في الثقافة الاسلامية (ابن القيم: ١٩٨٦ ، المنيجي : ١٩٨٦ ، الزميلي : ١٩٨٨) ولا يمكن ارشاد وعلاج الاضطرابات او الصدمات التى تحدث للمسلمين في معزل عن منهج الاسلام في ادارة الازمات او المصائب، ومن الضرورى للمرشد او المعالج النفسي" الذي يعمل في هذا المجال "الاطلاع على هذا المنهج ، والاستفادة منه في ارشاد و علاج المتأزمين، وتخليصهم من اضطرابات ما بعد الصدمة.

والمصيبة او الصدمة هي " امر مكروه يحل بالانسان، او هي كل ما يؤذي الانسان في دينه او نفسه او اهله او ولده او ماله او وطنه ... وهي اى مصيبة ملازمة لوجود الانسان في كل زمان ومكان ، وينبغي للعبد ألا ينكر وجودها " (مرسي،١٩٩٩ :١١٦) .

وان كل أنواع العلاج النفسي فعالة في أي من الأزمنة التي تلي التعرض للصدمة :

- العلاج النفسي الداعم والمساعد على التكيف والعودة للحياة العادية. مع الانتباه الشديد لضرورة متابعة تطورات الحالة في المستقبل.

- العلاج بالإسترخاء، وهو أكثر إستعمالا ، ويعطي نتائج مرضية .

- العلاج بالتحليل النفسي تبعا للخبرات النفسية السابقة للفرد ونظرا للحالة المزمنة للمرض .

- العلاج النفسي الأسري والجماعي، بالنسبة للتجمعات وخاصة الأطفال .

- العلاج السلوكي: مهم جدا، خاصة عندما يصحب اضطراب الشدة عقب الصدمية؛ حالات الرهاب والوساوس القهرية.

– العلاج المعرفي :يعتمد على تقنيات ترميم أو بناء المفاهيم المعرفية وتأسيس مرونة في كيفية مواجهة الأحداث المختلفة (جاراالله ، ٢٠٠٣ :٢٨).

احتياجات لازمة للعلاج :

١– استعادة الأمان: وذلك بنقل الطفل إلى مكان يشعر فيه بالأمان والطمأنينة بعيداً عن مكان الحادث (وإن كان هذا غير متاح في كثير من الأحيان).

٢– استعادة القدرة على التعامل مع عواقب الحدث الصادم: من خلال مساعدته على معرفة ما حدث له ولأسرته بشكل يحتمله وعيه مع إيجاد بدائل مناسبة لإقامته ورعايته وعودته إلى مدرسته.

٣– استعادة شبكة الدعم والمساندة: من خلال إحاطته بمن تبقى من أفراد أسرته وأقاربه، وجمعيات الدعم والمساندة في المجتمع.

٤– إمكانية استيعاب الخبرة الصادمة: في البناء المعرفي البسيط للطفل من خلال إعطاء تفسير ومعنى لما حدث.

أ) العلاج الدوائي :

هناك بعض الأدوية التي ثبتت فاعليتها في علاج هذا الاضطراب ومنها مضادات الاكتئاب ثلاثية الحلقات مثل الإميبرامين (تفرانيل) والأميتريبتيلين (تريبتزول) ونبدأ بجرعات صغيرة منها للأطفال: ١مجم/كجم من وزن الطفل ونزيد بالتدريج حتى تتحسن الحالة مع مراعاة أن لا نتجاوز ٣مجم/كجم من وزن الطفل يومياً. ويراعى في استخدام هذه الأدوية الاطمئنان على قلب الطفل بواسطة الفحص الإكلينيكي وعمل رسم القلب خاصة إذا زادت الجرعة، وهناك مجموعة من الأدوية الأحدث وهي مانعات استرداد السيروتونين الانتقائية (ماسا) (SSRIS) مثل الفلوكستين والسيتالوبرام والسيرترالين والباروكستين والفلوفوكسامين وغيرهما، وهذه المجموعة تتميز بأن أعراضها الجانبية أقل وتقبلها أفضل.

وتوجد بعض الأدوية المساعدة نذكر منها مضادات القلق مثل ألبرازولام (زاناكس) ومضادات الصرع مثل كاربامازيبين (تيجريتول) وفالبروات الصوديوم (ديباكين) (Kaplan & Sadock 1994)، ويمكن استخدام البروبرانولول (إندرال) بجرعات بسيطة في حالة زيادة ضربات القلب أو وجود المظاهر الجسمانية للقلق (التعرق والرعشة وعدم الاستقرار)، وهذا يجعلنا نطالب الهيئات الدولية بتوفير مثل هذه الأدوية لهذا الاضطراب الذي يكاد يصيب كل الأطفال في فلسطين، إضافة إلى توفير الخبرات اللازمة لتشخيصه وعلاجه سواء من الداخل أو الخارج.

ب) العلاج النفسي :

الفكرة الأساسية في العلاج النفسي تتلخص في إزالة الضغط النفسي الواقع على الطفل (وذلك بإبعاده عن مصادر الخطر والتهديد بقدر الإمكان) ثم مساعدته على التنفيس عما تراكم بداخله من مشاعر وذكريات أثناء وقوع الحدث، ويتم هذا بشكل تدريجي في جو آمن ومدعم حتى يستطيع الطفل في النهاية استيعاب آثار الصدمة وتجاوزها. ويلي ذلك تعليم الطفل مهارات مواجهة الأحداث حتى تزداد مناعته في مواجهة أحداث مماثلة. ويمكن أن يتم ذلك من خلال جلسات علاج فردي للطفل أو علاج أسري يضم أفراد الأسرة الموجودين مع الطفل أو علاج جمعي يضم الطفل المصاب مع أطفال آخرين واجهوا أحداثا مشابهة أو علاج جمعي يضم أسر الأطفال المصابين... وهكذا.

والعلاج النفسي (الفردي أو العائلي أو الجمعي) غالباً ما يأخذ الوجهة التدعيمية للطفل ولأسرته ويقوم على أساس العلاج المعرفي السلوكي الذي يساعد على استيعاب الحدث في البناء المعرفي من خلال إعطائه معنى لما حدث ثم التغلب على الآثار السلوكية الناتجة من خلال تمارين الاسترخاء أو التعرض التدريجي لمثيرات القلق مع تقليل الحساسية أو التعرض الفيضاني في وجود دعم ومساندة.

ج) العلاج الاجتماعي والديني :

وذلك بتنشيط شبكة الدعم الاجتماعي (أو ما تبقى منها) بدءًا بالأسرة (أو بعض أفرادها الموجودين) ثم العائلة الكبيرة ثم المدرسة ثم المسجد أو الكنيسة ثم جمعيات المساندة الأهلية. وقد ثبت من الأحداث دور الرموز والقيادات الدينية في مساعدة الصغار والكبار على استيعاب الأحداث الدامية والتعامل معها بشكل تكيفي من خلال إعطاء المعنى الإيجابي لها من وجهة النظر الدينية الأعمق إضافة إلى أثر المفاهيم والأخلاقيات والممارسات الدينية على تماسك الأسرة والعائلة والمجتمع تحت مظلة التكافل الاجتماعي والتراحم والتلاحم.

د)البرامج التدريبية :

نظراً لنقص الخدمات الطبية عموماً والنفسية بوجه خاص في المجتمع الفلسطيني ونقص الكوادر المدربة على التعامل مع مثل هذه الحالات رغم كثرتها في الأطفال والكبار فإن ذلك يستلزم تدريب عدد كاف من الأطباء والأخصائيين النفسيين والاجتماعيين وأعضاء هيئة التمريض والمدرسين والمرشدين الدينيين على اكتشاف هذه الحالات والتعامل معها بشكل جيد . ويمكن تحقيق هذا الهدف من خلال عدد من المحاضرات وورش العمل حول هذا الاضطراب المنتشر في المجتمع

الفلسطيني . كما يمكن طباعة كتيبات مبسطة توزع على المستشفيات والمدارس ودور العبادة تبين كيفية مساعدة من تعرضوا للأحداث الصادمة وتأثروا بها (وهم كثير) (المهدي، ٢٠٠٤: ٢٧) .

ولقد ذكر (موسى،٢٠٠٠ : ١٢٣) عدة اساليب هامة لعلاج اضطرابات الضغوط التالية للصدمة:

١- العلاج السلوكي:

وتتلخص الافتراضات النظرية في العلاج السلوكي في أن استجابة المريض لذكريات الحوادث الصدمية هي التي تنتج المظاهر الأولية لاضطرابات الضغوط التالية للصدمة، كما افترض أن الملامح الثانوية لهذه الاضطرابات تتسبب بشكل مباشر أو غير مباشر في ردود فعل المريض لهذه الذكريات ومن ثم فإن تذكر المريض للحادث الصدمي هو بؤرة الاهتمام في المدخل السلوكي لعلاج هذا الاضطراب.

٢- العلاج السلوكي المعرفي:

ويعتمد على ما يلي:

- إعادة تحديد الحادث حتى يكتسب معنى منسقاً في هذا العالم.
- إيجاد معنى فرض في هذه الخبرة.
- تغيير السلوك لمساعدة الفرد على منع الحادث من أن يعاود الحدوث.
- البحث عن المساندة الاجتماعية.

٣- العلاج الجماعي:

يتضمن العلاج الجماعي كما يستخدم في علاج اضطرابات الضغوط التالية للصدمة، مجموعة من المرضى الذين يشتركون في الاضطرابات ذاته بالإضافة إلى المعالج بطبيعة الحال، وفيها مميزات من أهمها أنهم يشاركون بعضهم بعضاً الخبرات ذاتها، ويتقاسمون المشكلات عينها، ويقدمون سنداً انفعالياً لبعضهم البعض .

وقد ذكر(حسون:٢٠٠٧، ٧٤) من المهم اللجوء إلى معالج نفسي صاحب خبرة معروفة في علاج مثل هذه الحالات، ومن المهم أن يكون متعاطفا مع المصاب، كمؤسسات الاغتصاب مثلا يستطيعون تقديم النصيحة وعادة ما يكونون على اتصال بالمعالجين المختصين في هذا المجال.

هناك ثلاثة أنواع علاج نفسي مهمة للمصابين باضطرابات ما بعد الصدمة:

إدارة القلق: يتطلب استخدام تمارين استرخاء وتمارين تنفس بعمق وآليات التفكير الإيجابي واستعادة الثقة بالذات .

العلاج المعرفي: المساعدة على التخلص من الأفكار اللاعقلانية واللاواقعية التي ترافق التعرض لصدمة.

العلاج الخارجي: مساعدة المصاب على مواجهة الظروف والأشخاص والمشاعر التي تذكر بالحادث أو الموقف ،فمخاوفك ستتلاشى لو استطعت مواجهة الظروف والمواقف التي تذكرك بالحادث أو الموقف، لا أن تتهرب منها .

ولقد اكد (ابوحلاوة،٢٠٠٨ :١٢) **ان** العلاج المعرفي السلوكي cognitive behavioral therpy من اكثر صيغ العلاج النفسي نجاحا في التغلب على اضطراب الضغط الحاد . وللعلاج النفسي السلوكي مكونين رئيسيين : الاول ، انه يهدف بالاساس الى تغيير المعارف وانماط التفكير المحيطة بالحدث الصادم . الثاني ، يحاول تغيير السلوكيات في المواقف المحرضة على او المثيرة للقلق .

وكذلك اكد (إبراهيم، ٢٠٠٠ :٨) على اهمية العلاج السلوكي من خلال التعديل المباشر للسلوك اللاتوافقي (كالقلق والذعر المرضي) وتنمية التفكير العقلاني والإيجابي ، من خلال إعانته على تنمية طرق جديدة من التفكير في الذات والعالم ، بغرض التخفيف من أعراض الاكتئاب والاضطرابات الانفعالية المصاحبة للاضطراب ، و تدريبه المريض على اكتساب مهارات تعديل السلوك المرضي، ويتم ذلك بطريقتين:

- إما بضبط وإطفاء جوانب السلوك المرضية وكفها من التعرض للمواقف التي أحاطت بظهور الاضطراب، سواء بالطريقة التدريجية (Wolpe, 1958) أو بالغمر (Stampfle & Levis, 1967).
- وإما بتشجيع وتنمية السلوك الصحي من خلال التدريب على ممارسة نشاطات سلوكية بناءة وسارة تتعارض مع السلوك المرضي .

ايضا اكد على تعديل طرق التفاعل الاجتماعي من خلال تنمية بعض وسائل مواجهة القلق في المواقف الاجتماعية وتدريب المهارات الاجتماعية ، خاصة في التعامل مع المواقف التي تتضمن تعرضا للمخاطر الخارجية .

المعاناة النفسية وآثارها ومظاهرها :

إن صاحب الصدمة النفسية يقع في معاناة نفسية عرفها (المزيني ، ٢٠٠٦ ، ١٣٨) بأنها : الاستجابة المميزة لفقدان شيء أو شخص غالي ، فضلا عن كونها حالة انفعالية معقدة تتضمن استجابات فسيولوجية ووجدانية وأخرى معرفية .

هذه المعاناة لها العديد من الآثار السلبية والضارة والتي قد تمكث فترة طويلة فالبعض قد تستمر معاناته ٦ شهور والبعض الآخر قد يجتاز العام وأكثر بل قد تصبح هذه الآثار مزمنة ومن هنا تكون الخطورة ، ومن هذه الآثار :

- على الصعيد الجسمي :

فقد الشهية – نقصان الوزن – آلام في الرأس –آلام في المعدة –آلام في المفاصل – ضيق التنفس – صعوبة في النوم – كوابيس عند النوم – خمول وعدم قدرة على القيام بأعمال .

- وهناك آثار عقلية منها :

صعوبة في ذكر الأشياء – صعوبة في التركيز والانتباه – سماع أصوات غريبة – كثرة التفكير في الموت – تطور غريب على الأفكار – التفكير بإلحاح في الشهيد ومواقفه .

- أما على الصعيد الوجداني :

الشعور بالوحدة – سرعة الانفعال والنرفزة – سرعة البكاء – اليأس من المستقبل – وغيرها.

- وهناك بعض الطقوس الحدادية :

لبس السواد – عدم التعطر – ترك المذياع والتلفاز – عدم تقديم الحلويات في العيد – الزيارة الدائمة لضريح الشهيد – عدم المشاركة في الأفراح وغيرها.

خصائص المعاناة النفسية :

١. القصور الذاتي : أي ميل الشيء إلى الاحتفاظ بحالته الراهنة بعد غياب المؤثر الخارجي ، ويتمثل هذا في استمرار الأفراد في الشعور بوجود الفقيد وسماع صوته وكذلك استمرار تأثيره في إدارة شؤون البيت مثل إصرار الأم أن يصبح الابن طبيبا لرغبة زوجها الفقيد .
٢. نوبات الحزن والاكتئاب : حيث يظهر الحزن بشكل مفاجئ بعد فترة من الانقطاع في مناسبات معينة ثم يختفي وهو ما يمكن أن نطلق عليه الحزن المناسب وتصبح هذه النوبات مثيرة للقلق حين تتسم بالحدة وتتوالى في فترات متقاربة وقد يكون سبب ذلك الذكريات الداخلية

(قرر هذا ٣٠%) بينما ذكر ٥٧% أن الحزن يعود في مناسبات الأفراح مثل زواج الابن أو تخرج آخر من جامعة .

٣. الحزن بأثر رجعي : حيث عندما يفقد الشخص عزيزا فإن الحزن يتجدد عمن رحلوا من الأعزاء السابقين فيتجدد الحزن على أولئك الراحلين جميعا .

٤. ظهورها على مراحل أربعة : فعندما يفقد الإنسان شيئا عزيزا عليه ، سواء كان إنسانا أو مالا أو مكانة اجتماعية ، فإن هذا الإنسان يمر بمراحل معينة لرد الفعل لذلك الفقد وهي :

المرحلة الأولى : وهي " مرحلة الإنكار وعدم التصديق " فلا يصدق بالذي حصل ويقول : أنا لا أصدق ما تقولون ، ولا أظن أن ذلك يحصل ، اذهبوا ... وتأكدوا ، وذلك لكي يهون على نفسه المصيبة .

المرحلة الثانية : " تبلد الشعور " فلا يحس بالحزن ، ولعلك قد لاحظت ذلك في بعض الناس عندما يموت له قريب فيشعر وكأنه لم يحدث شيء ولا يحزن . وهذه المرحلة لا تتعدى عادة أسبوعين .

المرحلة الثالثة : وهي مرحلة البكاء وضيق الصدر ، وعدم الرغبة في أي شيء من الطعام أو الجنس أو غيره ، مع باقي أعراض الاكتئاب بشكل خفيف .

المرحلة الرابعة : وهي مرحلة قبول الأمر والتسليم للواقع ، والاستمرار في الحياة الدنيا ، وهذه المراحل لا تزيد مدتها جميعا عن ستة أشهر . فإذا جاء إنسان وقد فقد عزيزا عليه منذ سنة أو سنتين ، وكلما تذكره يبكي ويضطرب وتكون الحالة شديدة جدا إلى درجة أنه يترك وظيفته وينعزل ، فيكون هذا اكتئابا (المزيني ، ٢٠٠٦: ١٤١-١٤٢).

أساليب التخفيف من المعاناة النفسية:

١. **<u>الممارسات الدينية</u>** : حيث أن أداء العبادات وقراءة القرآن وارتياد المساجد وسماع المواعظ والتذكير بالله كل ذلك له دوره الإيجابي في التخفيف من الأحزان .كذلك منها : تقليل الانشغال بالماضي من ضمن العلاج المقدم والذي يعين على الصبر .

تقليل انشغال الفرد بالماضي والتركيز على الحاضر :

إن لوم الإنسان لنفسه على ما فاته من فرص في الماضي تولد اضطرابا نفسيا في الوقت الذي لا تفيد كثيرا، كما أن انشغال الإنسان بمخاوف قد تحدث في المستقبل ينغص على الفرد حاضره ويجعله نهبا للانفعالات الضارة، لذا نبه القرآن الكريم أن التحسر على ما فات في الماضي أمر

غير مرغوب فيه فقال : " **لِكَيْلَا تَحْزَنُوا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا مَا أَصَابَكُمْ ۗ وَاللَّهُ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ** " (آل عمران : ١٥٣) .

كما بين القرآن أن الانشغال بما لا يقع أمر غير مرغوب فيه أيضا فطلب توكيل الأمر لله فيما يستقبل فقال: " **قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا ۚ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ** " (التوبة:٥١). والانصراف عن التفكير فيما فات في الماضي أو مصائب المستقبل يعني الانصراف عن التشاؤم والهموم والمخاوف والقلق، فالماضي مضى ولا يفيد فيه سوى الاستغفار والتوبة وأخذ العبر، وأما الحاضر فهو ما يستطيع أن يحققه الإنسان لذا عليه استغلاله أفضل استغلال والاستفادة منه لأبعد الحدود، وأما المستقبل فعلمه عند الله لذا لا ننشغل بما قد يحدث فيه من مصائب لكن نتجهز له بحسن الاستعداد وعمل الصالحات . ولا شك أن كثير من الأمراض والاضطرابات النفسية ترجع الى انشغال الفرد بأمور لا يملك حيالها شيئا من حيث منعها أو عدمه ولكنه يملك أسباب الوقاية منها، والانشغال حول الغد بما فيه من أحداث يشكل ضغطا كبيرا جعل الكثيرين يهربون إلى اللاواقع من خلال تعاطيهم المخدرات بدلا من انطلاقهم الى الواقع متسلحين بالإيمان(المزيني، ٢٠٠٦: ١٤٣-١٤٤).

الدعاء :

هو سؤال الله القريب المجيب والاستعانة به والتضرع إليه والالتجاء إليه في كشف الضر عند الشدائد . قال الله تعالى : " **وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ ۖ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ ۖ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ** " (البقرة : ١٨٦) وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إذا سألت فاسأل الله وإذا استعنت فاستعن بالله " (أحمد : ٢٧٥٦). وفي الدعاء سمو روحي يقوي الفرد بالإيمان. وهو علاج أكيد للنفس التي أشرفت على الهلاك حين يطلب الإنسان العون من القوي القادر فيشعر بالطمأنينة والسكينة ويزول عنه الخوف ويتخلص مما هو فيه من الهم والتوتر والضيق والقلق. قال الله تعالى: " **وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ**". (غافر: ٦٠) ويجب أن يستمر الدعاء في السراء والضراء . روي عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: "دعوة ذي النون إذ دعا ربه وهو في بطن الحوت "لا اله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين". لم يدع بها رجل مسلم في شيء قط إلا أستجيب له" (المزيني ، ٢٠٠٦: ٥٣).

٢. **<u>المساندة الاجتماعية</u>** : تأثير هذا الأسلوب لا يتوقف على مقدارها أو طبيعتها أو هوية من يقدمها بقدر ما يتوقف على طبيعة إدراك الأسرة التي تعاني لتلك المساندة : هل هي كافية أم لا؟ هل تناسب التوقعات أم لا ؟ ولا بد من الانتباه أن كل مرحلة من المعاناة لها مهامها وهناك مساندون أكثر فعالية فيها .

٣. **قطع الروابط** : (أي تجنب الأماكن والأشخاص والتعليقات الشخصية التي تذكر بالحدث) وهذا في الثقافة الغربية ذا أثر إيجابي أما في الثقافة الإسلامية فأثره سلبي حيث تحث على استبقاء الروابط مع الفقيد مثل الدعاء له – تسمية طفل جديد على اسمه –تحقيق رغباته – الاحتفاظ بصوره وهداياه .

٤. الانهماك في أنشطة متنوعة مثل الانهماك في العمل أو الاهتمام بالأولاد أو القراءة أو ممارسة الهوايات .

٥. التخلص من المظاهر الحدادية :مثل خلع الملابس السوداء وعدم فتح التلفاز وغيرها . حيث فتح التلفاز لا يدع للشخص فرصة ليخلو بالأحزان واجترار الذكريات فضلا عن احتمال تعرض الفرد خلال المشاهدة لخبرات إيجابية تساعد على التخفيف .

٦. إدراك الجوانب الإيجابية في الموقف : فمعرفة مكانة الشهيد وما أعده الله له والكرامة التي سوف يحصل عليها من يناله ضيق بسبب استشهاده مثل الشفاعة له وغيرها يحول خسارة الفقدان إلى ربح ومكسب والله يقول " **وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ ۖ** " (البقرة : ٢١٦).

٧. الحوار الداخلي: وهذا من أساليب معالجة المصائب عند أبي الفرج بن الجوزي (معاتبة النفس عند الجزع) فمحادثة الإنسان لنفسه وإقناعه لها يكون دوره إيجابيا في التخفيف من حدة الأسى من ذلك ترديد عبارات (قل لن يصيبنا إلا ما كتب الله لنا) (الحي أبقى من الميت) وغيرها .

٨. الإفصاح عن المشاعر: هذا الأسلوب محبذ خاصة في الثقافة الغربية حيث بينت الدراسات أن من يفصح عن مشاعره يتخفف من المعاناة النفسية أسرع ممن لا يفصح عن مشاعره (المزيني،٢٠٠٦: ٥٥) .

مما يكشف الكربة عند فقد الأحبة :

قال تعالى : " **وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ* الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ *الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ * أُولَٰئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ ۖ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ** " (البقرة :١٥٥-١٥٧).

" إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ " علاج من الله عز وجل لكل من أصيب بمصيبة دقيقة أو جليلة ، بل إنه أبلغ علاج وأنفعه للعبد في آجله وعاجله فإذا ما تحقق العبد أن نفسه وماله وأهله وولده ملك لله

عز وجل قد جعلها عنده عارية فإذا أخذها منه فهي كالمعير يأخذ عاريته من المستعير فهل في ذلك ضير ؟

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "ما من عبد تصيبه مصيبة فيقول إنا لله وإنا إليه راجعون، اللهم آجرني في مصيبتي وأخلف لي خيرا منها، إلا آجره الله في مصيبته وأخلف له خيرا منها".

وفي الصحيحين عن أبي سعيد الخدري وأبو هريرة رضي الله عنهما عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: " ما يصيب المؤمن من نصب ولا وصب ولا هم ولا حزن ولا أذى ولا غم ، حتى الشوكة يشاكها إلا كفر الله بها خطاياه) .

وفي صحيح ابن حبان عن سعد بن أبي وقاص رضي الله عنه قال : سئل رسول الله صلى الله عليه وسلم أي الناس أشد بلاء؟ قال: (الأنبياء ثم الأمثل ثم الأمثل ، يبتلي الناس على قدر دينهم، فمن ثخن دينه اشتد بلاؤه ، ومن ضعف دينه ضعف بلاؤه ، وإن الرجل ليصيبه البلاء حتى يمشي في الناس وما عليه خطيئة).

وفي سنن الترمذي: (ما يزال البلاء بالمؤمن والمؤمنة في نفسه وولده وماله ، حتى يلقى الله تعالى وما عليه خطيئة).

ويقول تعالى : " **وَإِنْ مِنْكُمْ إِلَّا وَارِدُهَا ۚ كَانَ عَلَىٰ رَبِّكَ حَتْمًا مَقْضِيًّا * ثُمَّ نُنَجِّي الَّذِينَ اتَّقَوْا وَنَذَرُ الظَّالِمِينَ فِيهَا جِثِيًّا** " (مريم ٧١– ٧٢).

وأخرج مسلم عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: (أتت امرأة إلى النبي صلى الله عليه وسلم بصبي لها فقالت : يا رسول الله ادع الله له فلقد دفنت ثلاثة قبله ، فقال صلى الله عليه وسلم : " دفنت ثلاثة ؟ "مستعظما أمرها...قالت: نعم ... قال: "لقد احتضرت بحضار شديد من النار").

أي لقد احتميت بحمىً عظيم من النار فما أعظم الأجر وما أكمل الثواب وما أجدر أن يستعذب العذاب في طلب هذا الثواب.

وجاء في الحديث الصحيح كما في السلسلة الصحيحة عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه قال:" إذا مات الرجل يقول الله لملائكته : أقبضتم ولد عبدي ؟ فيقولون: نعم .. فيقول وهو أعلم:أقبضتم ثمرة فؤاده ؟ فيقولون: نعم .. فيقول: ماذا قال عبدي ؟ فيقولون: حمدك واسترجع ، فيقول الله جل وعلا : ابنوا لعبدي بيتا في الجنة وسموه بيت الحمد" .

ومنها أن يعلم المكروب المصاب علم اليقين أن ما أصابه لم يكن ليخطئه وأن ما أخطأه لم يكن ليصيبه : " **مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا ۚ إِنَّ**

ذَٰلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ * لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ ۗ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ" (الحديد ٢٢-٢٣) .

ومنها الاستعانة بالله والاتكال عليه والرضا بقضائه والتسليم لقدره ، روى الإمام أحمد في مسنده من حديث أنس بن مالك رضي الله عنه قال: (ألا أحدثكم بحديث لا يحدثكم به أحد غيري؟ قالوا بلى... قال: كنا عند رسول الله صلى الله عليه وسلم جلوسا فضحك ثم قال: " أتدرون مم ضحكت ؟ " قالوا: الله ورسوله أعلم.. قال صلى الله عليه وسلم: "عجبت للمؤمن، إن الله عز وجل لا يقضي قضاء إلا كان خيرا له") .

ومنها العلم اليقيني أن الجزع لا يرد المصيبة بل يضاعفها ، فالجازع يزيد مصيبته ويشمت أعداءه ويسوء أصدقاءه ويغضب ربه ويسر شيطانه ويحبط أجره ويضعف نفسه، أما من احتسب وصبر ورضي أخزى شيطانه وأرضى ربه وسر صديقه وساء عدوه وحمل على إخوانه فعزاهم قبل أن يعزوه و هذا هو الثبات في الأمر نسأل الله الثبات في الحياة وفي الممات.

يقول بعض الحكماء: العاقل يفعل في أول يوم من المصيبة ما يفعله الجاهل بعد أيام ، ومن لم يصبر صبر الكرام سلا سلوّ البهائم ، وإنما الصبر عند الصدمة الأولى ... وكل أحد لا بد أن يصبر على بعض ما يكره، فإما باختيار وإما باضطرار، فالكريم المؤمن يصبر مختارا لعلمه بعاقبة الصبر إنه يحمد عليه ويذم في المقابل على الجزع ويعلم أنه إذا لم يصبر لم يُعد عليه الجزع فائتاً ولم ينتزع منه مكروهاً والمقدور لا حيلة في دفعه وما لم يكتب لا حيلة في تحصيله.

فالجزع ضره أقرب من منفعه فما دام أن آخر الأمر الصبر والعبد معه غير محمود ، فما أحسن أن يستقبل الأمر في أوله بما يستدبره الأحمق في آخره .

لطيف التعزية عند فقد الأعزة ، فإن الكلمة الطيبة للمصاب يثبت بها بإذن الله ، ويغدو صبره عليه سهلاً يسيراً فإن المؤمن كما تعلمون قليل بنفسه كثير بإخوانه ضعيف بنفسه قوي بإخوانه شديد بأعوانه فإذا وجد هذا يعزيه وهذا يسليه سهلت عليه الأمور العظام وكشف ما به بإذن الله رب السماء والأرض .

وأخيرا فإن مما يكشف الكربة عند فقد الأحبة :

الدعاء والتضرع ، واللجوء لله سبحانه وتعالى رب الأرض والسماء ، كاشف الضراء ، وإن يصبك بسراء فلا راد للسراء ، وفي السنة النبوية العزاء من الأحاديث الصحيحة مما يكشف الهم والكرب والضراء ، ففي الحديث الصحيح أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : (ما أصاب عبداً قط هم ولا حزن فقال : الهم إني عبدك ابن عبدك بن أمتك ناصيتي بيدك ماض فيّ حكمك ، عدل فيّ قضاؤك أسألك اللهم بكل اسم هو لك سميت به نفسك أو أنزلته في كتابك أو استأثرت في علم

الغيب عندك أو علمته أحدا من خلقك أن تجعل القرآن الكريم ربيع قلبي ونور صدري وجلاء حزني وذهاب همي ، إلا أذهب الله همه وحزنه وأبدله مكانه فرحاً) .

فالدعاء الدعاء فإن الله عز وجل قال : " **وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ ۚ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ** " (غافر :٦٠) .

الحوار مع الذات ومعاتبتها على الجزع ومحاولة اقناع نفسه يساعد على التخفيف ، قد يبدو هذا غريبا ولكن هذا ورد في القرآن والسنة .

قال تعالى: "**الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ**" (البقرة: ١٥٦) .أي يخاطبون أنفسهم بهذه الكلمات . كذلك استغفارنا هو ترديد كلمات بيننا وبين أنفسنا، كذلك التسبيح بعد الصلوات وغيرها.

كما أن هناك العديد من الاحاديث مثل دعاء الهم وسيد الاستغفار كلها ترديد كلمات بين الإنسان ونفسه يقنعها بالتوبة والإنابة الى الله مثل:

- " قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا" (التوبة : ٥١) ٣٠ مرة .
- " إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ" (البقرة : ١٥٦) ٣٠ مرة .
- أنا راض بقضاء الله ٣٠ مرة .
- الحزن الزائد اعتراض على قدر الله ٣٠ مرة .
- ابني(زوجي) مبسوط ومرتاح خطأ أزعل وأتضايق ٣٠ مرة (المزيني،٢٠٠٦ : ١٤٥ _١٤٩).

فضل الشهادة :

عن أنس رضي الله عنه، أن النبي صلى الله عليه وسلم، قال: "ما أحد يدخل الجنة يحب أن يرجع إلى الدنيا وله ما على الأرض من شيء إلا الشهيد، يتمنى أن يرجع إلى الدنيا، فيقتل عشر مرات، لما يرى من الكرامة".

وعن عبد الله بن عمرو بن العاص ، رضي الله عنهما، أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : " يغفر الله للشهيد كل شيء إلا الدين" (رواه مسلم) .

وعن سمرة رضي الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " رأيت الليلة رجلين أتياني ، فصعدا بي الشجرة، فأدخلاني داراً هي أحسن وأفضل ، لم أر قط أحسن منها ، قالا : أما هذه الدار فدار الشهداء " .

وعن أبي هريرة رضي الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " ما يجد الشهيد من مسّ القتل إلا كما يجد أحدكم من مسّ القرصة " (رواه الترمذي وقال حديث حسن) .

وعن عبد الله بن أبي أوفى رضي الله عنهما أن رسول الله صلى الله عليه وسلم في بعض أيامه التي لقي فيها العدو انتظر حتى مالت الشمس ، ثم قام في الناس فقال: " أيها الناس، لا تتمنوا لقاء العدو ، وسلوا الله العافية ، فإذا لقيتموهم فاصبروا ، واعلموا أن الجنة تحت ظلال السيوف" (المزيني،٢٠٠٦ :٦٠) .

الفروق في التوكل على الله :

تقوم الثقافة الغربية على أساس أن العلاقة بين العلة والمعلول علاقة خطية ، فوجود السبب يحتم وجود النتيجة ، والإنسان الذي يأخذ بالأسباب لابد أن يحصل على النتائج المرتبطة بها . " فكل شيء محسوب ولا مجال للحظ ، ولا لتدخل إرادات أخرى غير إرادة الإنسان " . فالنجاح بجهد الفرد وعقله ومهارته ، ولا دخل لله في ذلك ، (Filliland et al., 1994) . هذه النظرة تشير إلى أن تفكير الإنسان الذي نشأ في الثقافة الغربية يختلف عن تفكير الإنسان الذي نشأ في الثقافة الإسلامية حول الأخذ بالأسباب ، فالأول يؤمن أن الأخذ بالأسباب يوصل إلى النتائج مباشرة ، ولا مجال للتوكل على الله فيها ، أما الثاني فيؤمن أن وجود السبب لا يحتم وجود النتيجة إلا أن يشاء الله ، ولابد من الأخذ بالأسباب ثم التوكل على الله في الوصول إلى النتيجة . فالمسلم ينسب النجاح إلى توفيق الله ولا ينسبه إلى الأخذ بالأسباب . فهو يعمل ويأخذ بالأسباب ولسان حاله يقول: " وما توفيقي إلا بالله " ويقول : " **وَلَا تَقُولَنَّ لِشَيْءٍ إِنِّي فَاعِلٌ ذَٰلِكَ غَدًا إِلَّا أَنْ يَشَاءَ اللَّهُ** ۚ" (الكهف ٢٣-٢٤). ويقول : " **وَمَا تَشَاءُونَ إِلَّا أَنْ يَشَاءَ اللَّهُ رَبُّ الْعَالَمِينَ** " (التكوير : ٢٩) .

كما يختلف تفكير الإنسان الذي نشأ في الثقافة الغربية عن تفكير الإنسان الذي نشأ في الثقافة الإسلامية حول مصير الإنسان فالإنسان الغربي له السيطرة والسيادة على الطبيعة ، وعليه أن يستخدم المنهج العلمي في دراسة الكون وتسخير كل شيء فيه لإرادته ، أما الإنسان المسلم فيؤمن أن مصيره في الدنيا محدد قبل أن يولد بقضاء الله وقدره ، وأن الله خلقه وسخر له ما في الأرض وما عليها من جماد وحيوان ، وعله أن يعمل بمنهج الله حتى يحصل على خيرات الدنيا ، ويحمي نفسه من شرورها ، وأن يعمل عقله في ظواهر الكون ، ويدرسها بالمنهج العلمي حتى يسيطر عليها ، ويسخرها لصالح البشرية بقضاء الله وقدره ، وليس بالعلم وحده يتم تسخير الطبيعة . فطريقة المسلم في التفكير في الأسباب والمسببات وفي مصير الإنسان تجعله يستخدم المنهج العلمي وهو يقول " بسم الله الرحمن الرحيم " و" إن شاء الله " و" بإذن الله " و" توكلت على الله " ويأخذ بالأسباب وهو يدعو ربه بالتوفيق والنجاح ، وإذا فشل يقول ما شاء الله كان ، ولا حول ولا قوة إلا بالله ولا يعجز، ويحاول مرة بعد مرة وهو متوكل على ربه ، ولسان حاله يقول: " **قُلْ لَنْ**

يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا (التوبة :٥١)، " **سَيَجْعَلُ اللَّهُ بَعْدَ عُسْرٍ يُسْرًا** "(الطلاق: ٧)، " **إِنَّا لَا نُضِيعُ أَجْرَ مَنْ أَحْسَنَ عَمَلًا** " (الكهف :٣٠) .

وكما يذكر (باترسون، ١٩٩٠ : ١٥٢) هذه الطريقة في التفكير وما يصاحبها من طقوس إسلامية في العمل وفي حل المشكلات ومواجهة الصعوبات والأزمات لا موقع لها في نظريات الإرشاد والعلاج النفسي الغربية ، التي تركز على التخطيط والتفكير العلمي والإنجاز وتوكيد الذات وتحقيق الذات ، وترفض التوكل على الله ولا تقبل ربط إرادة الإنسان بإرادة الله ، وتعتبره نوعا من العجز والإتكالية . حيث ذهب بعض هذه النظريات إلى أن الدعاء وطلب العون من الله في قضاء الحاجات وتذليل الصعوبات والكروبات من أمور الدين التي لا تدخل في عملية الإرشاد والعلاج النفسي. ومن هذا أشار إليه ثورن Chales Thorne في دعوته المرشدين لأن يكون إرشادهم قائما على العلم أن يتجنبوا الخوض في الإلهيات وما وراء الطبيعة، فإرشاد الشخصية personality Counseling – كما يقول – يختلف عن الإرشاد الروحي، ومرشد الشخصية لا يتطرق إلى القضايا الدينية .

وهذه الفروق بين الثقافتين (الغربية والإسلامية) في التفكير في هذه الأمور تجعل استراتيجيات وفنيات الإرشاد والعلاج النفسي التي تركز على الفردية والاستقلالية وإثبات الذات لا تفيد كثيرا في الإرشاد في المجتمعات الإسلامية ، وتضع على المرشدين والمعالجين في هذه المجتمعات مسئولية تنمية استراتيجيات وفنيات من الثقافة الإسلامية، يدخل فيها الدعاء والرقي، وقراءة القرآن، والتوكل على الله، ومراقبة الله، والصبر والاحتساب، والتوبة والاستغفار والتسبيح، وقيام الليل، وكثرة السجود، وصلاة الحاجة، وصلاة الاستخارة، وصلة الرحم، وبر الوالدين وغيرها من الأعمال والأفكار والاتجاهات التي تزكي النفوس وتنمي المودة والمحبة والتضحية، وتحمي من الانحراف والفساد، وتسهم في علاج النفوس المريضة بعامة، وفي علاج اضطرابات ما بعد الصدمة بخاصة؛ (مرسي، ١٩٩٩ :١٢٩-١٣٢) .

ثانياً : الدعاء

مقدمة:

الحمد لله رب العالمين ، وأفضل الصلاة وأتم التسليم على خير الأنام ومصباح الظلام ومحمد المصطفى الأمين وآله الهداة الميامين ...

الدعاء عبادة يمارسها الإنسان في جميع حالاته ، لأنه يترجم عمق الصلة بين العبد وبارئه ، ويعكس حالة الافتقار المتأصلة في ذات الإنسان إلى الله سبحانه ، والإحساس العميق بالحاجة إليه والرغبة فيما عنده ، فالدعاء من أهم الأساليب التي تقرب العبد لربه ، وتعينه على تحمل المصائب والأزمات .

فالدعاء مفتاح الحاجات ووسيلة الرغبات ، وهو الباب الذي خوّله تعالى لعباده كي يلجئوا إلى ذخائر رحمته وخزائن مغفرته ، وهو الشفاء من الداء ، والسلاح في مواجهة الأعداء ، ومن أقوى الأسباب التي يستدفع بها البلاء ويرد القضاء ، لذا نجد الدعاء من أبرز القيم الرفيعة عند الأنبياء والأوصياء والصالحين ، ومن أهم السنن المأثورة عنهم ولقد اهتم الرسول الأكرم صلى الله عليه وسلم وصحبه المعصومون عليهم السلام بالدعاء اهتماما خاصا ، وحفلت كتب الدعاء الكثيرة المروية عنهم عليهم السلام بتراث فذ من أدعيتهم ، يعدّ صفحة مشرقة من صفحات التراث الإسلامي .

1. **تعريفه لغة واصطلاحا :**

– الدعاء لغة:

- ولقد عرفه البرديسي لغة بأنه – النداء ، تقول : دعوت فلانا ادعوه دعاء ، أي ناديته وطلبت إقباله ، وأصله دعاء ، إلا أن الواو لمّا جاءت بعد الألف همزت _ وأيضا هو العبادة جوهرها ولبها وركنها وشعيرتها .

ويضيف(البرديسي، ٢٠٠٠: ١٠٩٥) عن النعمان بن البشير رضي الله عنهما قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "الدعاء هو العبادة" ثم قرأ: "قال ربكم ادعوني استجب لكم" أخرجه أصحاب السنن والحاكم (البرديسي، ٢٠٠٠ : ١٠٤٦).

- وقال عنه (ابن المنظور ،١٩٧٠: ٢٥٧) بأنه لغة بمعنى الاستغاثة ، وقد يكون الدعاء عبادة . ويكون الدعاء لله على ثلاثة أوجه:

-ضرب منها توحيده والثناء عليه ، كقولك " ياالله لا إله إلا أنت " وقولك " ربنا لك الحمد ، إذا قلته فقد دعوته بقولك ربنا ، ومثله قوله : " **وقال ربكم ادعوني استجب لكم إن الذين يتكبرون عن عبادتي سيدخلون جهنم داخرين** " (غافر : ٦٠) ، فهذا ضرب من الدعاء .

-والضرب الثاني مسألة العفو والرحمة وما يقرب منه ، كقولك " اللهم اغفر لنا " .

-والضرب الثالث مسألة من الدنيا : كقولك " اللهم ارزقني مالا وولدا، وإنما سمي هذا جميعه دعاء لأن الإنسان يستهل في هذه الأشياء بقوله " ياالله يارب يا رحمن، فلذلك سمي دعاء . وفي حديث عرفة : أكثر دعائي ودعاء الأنبياء قبلي بعرفات: " لا إله إلا الله وحده لاشريك له ، له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قدير ، وإنما التحميد والتهليل والتمجيد دعاء. والدعوى تصلح أن تكون في معنى الدعاء ، لو قلت " الله أشركنا في صالح دعاء المسلمين، وأما قوله تعالى: "**أن الحمد لله رب العالمين** " يعني إن دعاء أهل الجنة تنزيه الله وتعظيمه، وقوله " دعواهم فيها سبحانك اللهم " ثم قال: " وآخر دعواهم أن الحمد لله رب العالمين (موسى، ٢٠٠٠: ١٥) .

و الدعاء هو الرغبة إلى الله – تعالى– والضراعة إليه – سبحانه وتعالى – وقد وردت كلمة "الدعاء" في القرآن الكريم بمعان ثلاثة وهي :

<u>**الضراعة**</u>**:** وقد ورد هذا المعنى في كثير من آيات القرآن الكريم، وهذه أمثلة لذلك:

يقول تعالى: " و**إذا سألك عبادي عني فإني قريب أجيب دعوة الداع إذا دعان فليستجيبوا لي لعلهم يرشدون** " (البقرة : ١٨٦) .

ويقول عزّ من قائل: " **وقال الذين في النار لخزنة جهنم ادعوا ربكم يخفف عنا يوما من العذاب قالوا أولم تك تأتيكم رسلكم بالبينات قالوا بلى قالوا فادعوا وما دعاء الكافرين إلا في ضلال** " (غافر ٤٩–٥٠).

<u>**التسمية**</u>**:** يقول تعالى: **قل ادعوا الله أو ادعوا الرحمن أيًا ما تدعوا فله الأسماء الحسنى**" (الإسراء: ١١٠).

ويقول أيضا: "**ولله الأسماء الحسنى فادعوه بها** ...." (الأعراف: ١٨٠). وقوله تعالى: "**لن ندعو من دونه الهاً**" (الكهف : ١٤) .

<u>**العبادة**</u> : يقول تعالى: " **قل أمر ربي بالقسط وأقيموا وجوهكم عند كل مسجد وادعوه مخلصين له الدين كما بدأكم تعودون فريقا هدى وفريقا حق عليهم الضلالة** ..." (الأعراف: ٢٩– ٣٠).

ويقول أيضا: " **وقال ربكم ادعوني استجب لكم إن الذين يستكبرون عن عبادتي سيدخلون جهنم داخرين** (غافر: ٦٠) .

وأكثر المفسرين يحملون الدعاء هنا على معنى العبادة ، ويكون المعنى على ذلك: "ادعوني استجب لكم " والاستجابة هنا هي الإثابة ، أي اعبدوني أثبكم، ومما يشهد لذلك قول رسول الله صلى الله عليه وسلم: "الدعاء هو العبادة" رواه ابن حبان والترمذي .

ويقول الله عز وجل: "**وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ**" (الكهف:٢٨).

وممّا تجب ملاحظته هنا أنّ هذه المعاني الثلاثة التي أوردها (العبادلة، ٢٠٠٥: ٢٢) يصح حمل بعضها على بعض، وإقامة بعضها مقام البعض الأخر، فالعبادة والتسمية ضراعة ورجاء (العبادلة، ٢٠٠٥: ٢٢).

الدعاء اصطلاحاً (شرعاً):

١) إن حقيقة الدعاء هي مناجاة الله تعالى لما يريد العبد من طلب منفعة أو دفع مضّرة من المضار والبلاء أو المصائب التي تحلّ بالعبد بالدعاء، فهو سبب لذلك واستجلاب لرحمة المولى، كما أنه الترس لردّ البلاء ، والماء لخروج النبات من الأرض، وهو سلاح المؤمنين، وقال صلى الله عليه وسلم : " لا يزال الدعاء والبلاء يقتّتلان إلى يوم القيامة " ، فهكذا يكون الدعاء سببا لردّ البلاء. وروى أبو هريرة رضي الله عنه: "ليس شيء أكرم على الله من الدعاء" (موسى، ٢٠٠٠: ٣٢). وقد قال أيضا عليه الصلاة والسلام : أعجز الناس من عجز عن الدعاء، وأبخل الناس من بخل بالسلام (الطبراني).

ولقد ذكر (الجوزية، ٢٠٠٠: ١٥) أنّ للدّعاء مع البلاء مقامات : أحدهما : أن يكون أقوى من البلاء فيدفعه .

الثاني: أن يكون أضعف من البلاء فيقوى عليه البلاء ، فيصاب به العبد ، ولكن قد يخففه ، وإن كان ضعيفاً .

الثالث : أن يتقاوما ويمنع كل واحد منهما صاحبه ،وقد روى الحاكم في صحيحه من حديث عائشة رضي الله عنها ، قالت : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " لا يغني حذر من قدر ، والدعاء ينفع ممّا نزل وممّا لم ينزل ، وإنّ البلاء لينزل فيلقاه الدعاء فيعتلجان إلى يوم القيامة " (أخرجه الحاكم) .

وفيه أيضا من حديث ابن عمر عن النبي صلى الله عليه وسلم : " الدعاء ينفع مما نزل ومما لم ينزل ، فعليكم عباد الله بالدعاء " (أخرجه الحاكم) .

وفيه أيضاً ، من حديث ثوبان عن النّبي صلى الله عليه وسلم ، قال: " لا يردّ القدر إلاّ بالدعاء، ولا يزيد في العمل إلاّ البرّ ، وإنّ الرجل ليحرم الرزق بالذنب يصيبيه " (أخرجه الحاكم) (الجوزية، ٢٠٠٠: ١٥). وقال الغزالي : " إن قيل : فما فائدة الدعاء مع إن القضاء لا مردّ ، له ، فاعلم إن من جملة القضاء رد البلاء بالدعاء ، فالدعاء سبب لرد البلاء ووجود الرحمة ، كما أنّ الترس سبب لدفع السلاح ، والماء سبب لخروج النبات من الأرض، فكما أن الترس يدفع السهم فيتدافعان، فكذلك الدعاء والبلاء ، وليس من شرط الاعتراف بالقضاء ألا يحمل السلاح ، وقد قال الله تعالى: " وليأخذوا حذرهم وأسلحتهم " (النساء: ١٠٢) فقدر الله تعالى الأمر وقدر سببه ، وفيه من الفوائد ما ذكرناه ، وهو حضور القلب ، والافتقار ن وهما نهاية العبادة والمعرفة ، والله أعلم " (النووي: ٣٧٢- ٣٧٣) .

٢)والدعاء هو استدعاء العبد لربه العناية، واستمداده إيّاه المعونة ، والدعاء هو سمة العبودية، والاستشعار للذّلة والثناء على الله تعالى، وإضافة الكرم والجود إليه. وهو مفتاح الحاجة وهو وسيلة لأصحاب الحاجات والفاقات وذوي الكربات. ومن خواصه أنّه: عبادة واخلاص وحمد وشكر وتوحيد ورغبة ومناجاة وتضرّع وتذلّل واستكانة واستغاثة.

ويعتبر الدعاء سلّم المريدين ، وحبل الموحدين المخلصين ، وقيل هو المراسلة (موسى ، ٢٠٠٠ : ٣٢ – ٣٣) .

٣)والابتهال إلى الله بالسؤال ، والرغبة فيما عنده من الخير، والتضرع إليه في كشف السوء عنه ، فالمرء ضعيف أمام الأحداث في هذه الحياة ، فلا يجد سنداً لضعفه غير الدعاء .

ولقد كان الابتهال إلى الله ، والدعاء له ، هو دأب عباد الله الصالحين من قديم ، وكان زادهم الروحي الذي يرددونه في الغداة والعشيّ ، وفي العسر واليسر ، وفي السّراء والضّراء ، قال تعالى : " **وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ** " (الكهف : ٢٨).

الدعاء من مستلزمات العبادة، إذ هو الصلة التي تربط بين الإنسان وخالقه. وإنّما كان الدعاء هو العبادة، لأنّ منزلته فيها كمنزلة الرأس من الجسد، فهو عمادها، ودعامتها، فالدعاء ما هو إلاّ اتجاه إلى الله بقلبٍ سليم ، واستعانة به بإخلاص ويقين لكي يدفع المكروه ويمنح الخير ، والإنسان في حالة الدعاء بإخلاص يكون في أسمي درجات الصفاء الروحي ، مؤديا لأشرف ألوان العبادة . لذلك عني القرآن بالدعاء وحث عليه، قال تعالى: "**وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ**" (غافر: ٦٠)، ففي هذه الآية ، وصف الله الدعاء بأنه عبادة يستحقّ من يستكبر عنها غضب الله، عن عبد الله بن أبي أوفى قال : " كان

النبي صلى الله عليه وسلم اذا أتى بصدقة قوم صلى عليهم، فأتاه ابن أبي أوفى بصدقته ، فقال صلى الله عليه وسلم : اللهم صلّ على آل أبي أوفى" رواه مسلم " .

والدعاء الذي يطلبه الإسلام يكون في الضراء كما يكون في السّراء ، فذلك يكون أدعى للمسلم لأن يكون على الدوام متذكراً ربه مستجيباً لأوامره ، محقّقاً معنى العبودية له ، فإنّ الإنسان بطبيعته يلجأ إلى ربه عند الشّدة ، ولكن ما إن يكتشف الله ما به حتى ينسى الله ، ويغتّر بقوته فيؤدي به إلى الإعراض عن أوامر الله ، والغفلة عنه ، وقد وصف الله هذه الحالات التي تنتاب كثيرا من الناس، في قوله تعالى: "**وَإِذَا أَنْعَمْنَا عَلَى الإنْسَانِ أَعْرَضَ وَنَأَى بِجَانِبِهِ وَإِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ فَذُو دُعَاءٍ عَرِيضٍ**" (فصلت: ٥١) .

٤) الدعاء علاج نفسي لكثير من أمراض النّفس ، فإذا أفضى الإنسان المحزون إلى ربه ما يعانيه وطلب منه ما يبتغيه فإنه يشعر بطمأنينة ، وبنفحة روحية تنتشله ممّا هو فيه من الهم والضيق، وذلك لأن الإيمان يقتضي الاعتقاد التام بأنّ الله قريبٌ منه مجيبٌ دعوته، قال تعالى: " **وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ**" (البقرة: ١٨٦). هذه الآية تسكب في قلب المؤمن الود المؤنس والرضى المطمئن والثقة بالله عن يقين، يعيش معها المؤمن في أمل باسم وقربى نديّة ورضى سعيد وملاذ أمين ، وفي ظلّ هذا الأنس وذلك القرب ، يوجّه الله عباده إلى الاستجابة له، والإيمان به لعلّ هذا يقودهم إلى الرشد والهداية ، والصلاح ، يقول صلى الله عليه وسلم: " إنّ الله تعالى ليستحي أن يبسط العبد إليه يديه ليسأله فيهما خيراً فيردّهما خائبتين " (رواه الإمام أحمد والطبراني) .

٥) شرع الإسلام الدعاء للسمو الروحي والترفّع عن شهوات الجسد الضارة ، والعروج به معارج الكمالات بجانب ما يطلبه الداعي من فضل الله ، وتيسير أموره، وكشف الضرّ عنه ، ولهذا يعلم الله المؤمنين كيف يدعونه بما ذكر على لسان أنبيائه والصالحين ، يقول تعالى: "ربّ اجعلني مقيم الصلاة ومن ذريّتي ربّنا وتقبّل دعاء" (إبراهيم: ٤٠).

ويقول تعالى : " ربّ أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت عليّ وعلى والديّ وأن أعمل صالحا ترضاه وأدخلني برحمتك في عبادك الصالحين" (النمل : ١٩) (البرديسي، ٢٠٠٠: ١٠٩٥).

٦) ويقول (ابن القيم) بأنّ الدعاء يطلق على أمرين :

أ- دعاء العبادة : وهو شامل لجميع القربان الظاهرة والباطن ، لأنّ المتّعبد لله طالب وداع ربه قبول تلك العبادة والإثابة عليها ، فهو العبادة بمعناها الشامل .

ب- دعاء المسألة : وهو طلب ما ينفع الداعي ، وطلب كشف ما يضره أو دفعه (البكري ، ١٨٦: ١٠) .

٧) ولقد عرّفت (شرف الدين ، ١٩٧٨ : ٨ - ٩) الدعاء بأنه " هو الذي يستأصل الغفلة ويأتي عليها من جذورها ، وهو صلة بالله رب العالمين واستجابة له " (موسى ، ٢٠٠٠ : ١٢) .

٢. آداب الدعاء في القرآن والسنة :

لقد تعدّدت المراجع التي تناولت هذا الموضوع ، والتي وردت بالآيات القرآنية ، والأحاديث النبوية، وأقوال السلف الصالح _ لكن الآراء لم تختلف _ وسنلاحظ ذلك فيما يلي في آراء (القحطاني، ١٩٩٦: ٨) في (موسى، ٢٠٠٠: ٢٥ -٢٦)، (أبو صفية،٢٠٠٣: ١٠٨-١١٢)، (السيد ١٩٩٨ :٨-١٠)

أولاً : الجزم في الدعاء والثقة بالله في حصول الإجابة :

لابدّ للعبد المؤمن مهما كان الأمر الذي يدعو الله _ جلّ شأنه _ فيه عظيماً أو صعباً ، ينبغي أن يكون في قلبه الثقة بالله في حصول الإجابة .

ولذا دعانا النبي صلى الله عليه وسلم إلى الجزم في الدعاء واليقين على الله تبارك وتعالى بالإجابة، عن أنس رضي الله عنه قال ، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " إذا دعا أحدكم فليعزم المسألة ، ولا يقولن اللّهم إن شئت فأعطني ، أو في رواية أخرى : اللّهم اغفر لي إن شئت، ولكن ليعزم المسألة ، ويعظّم الرغبة ، فإنّ الله سبحانه وتعالى لا يتعاظم شيء أعطاه " أخرجه البخاري ، وقد قال عليه الصلاة والسلام في موضع آخر "إذا دعا أحدكم فليعظّم الطّلبة ، فإنّه لا يعظم على الله شيء " .

وعن أبي هريرة رضي الله عنه قال ، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " ادعوا الله وأنتم موقنون بالإجابة ، واعلموا أنّ الله لا يستجيب دعاء من قلبٍ غافل لاه " أخرجه الترمذي .

قال الإمام المبارك فوري رحمه الله : قوله " وأنتم موقنون بالإجابة " أي كونوا عند الدعاء على حالة تستحقون بها الإجابة من إتيان المعروف واجتناب المنكر ورعاية شروط الدعاء ، كحضور القلب، وترصد الأزمنة الشريفة ، واغتنام الأحوال اللطيفة كالسجود ، إلى غير ذلك حتى تكون الإجابة على قلوبكم أغلب من الرّد . أو أراد من الحديث : وأنتم معتقدون أنّ الله لا ينجيكم لسعة رزقه وكمال قدرته ، وإحاطة علمه لتحقيق صدق الرجاء وخلوص الدعاء ، لأنّ الداعي ما لم يكن رجاؤه واثقاً ، لم يكن دعاؤه صادقاً .

" لاه " من اللهو أي لاعب بما سأله ، أو مشتغل بغير الله تعالى (السيد، ١٩٩٨ ٣-١١) . ويذكر النووي ، قال سفيان بن عيينة رحمه الله : لا يمنعنّ أحدكم من الدعاء بما يعلمه من نفسه فان الله تعالى أجاب شر المخلوقين إبليس إذ قال : " قال أنظرني إلى يوم يبعثون قال انك من المنظرين " (الأعراف : ١٤) (النووي: ٣٧٢).

ثانياً: الإلحاح في الدعاء:

بأن يلّح في الدعاء ويكرّره ثلاثاً، عن أبي هريرة رضي الله عنه قال، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لا يزال يستجاب للعبد مال يدع بإثم أو قطيعة رحم، مال يستعجل " قيل يا رسول الله ما الاستعجال ؟ قال : " يقول: قد دعوت فلم أر يستجيب لي، فسيتحسر عند ذلك، ويدع الدعاء" أخرجه مسلم بشرح النووي .

ثالثاً: خفض الصوت ولينه مع تضرع وخشوع ورغبة ورهبة :

أمرنا المولى جلّ شأنه بالتضرع له ، والذلّ والمسكنة ، فقال عز وجل : " ادعوا ربّكم تضرعاً وخفيةً، إنّه لا يحبّ المعتدين " (الأعراف : ٥٥) .

وعن أبي موسى رضي الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " أربعوا على أنفسكم ، إنّكم لا تدعون أصمّ ولا غائبا ، إنّكم تدعون سميعا بصيرا " أخرجه البخاري . ويضيف (أبو صفية ، ٢٠٠٣ : ١٠٨) بأن يكون الصوت بين المخافتة والجهر ، لقوله تعالى : " **ولا تجهر بصلاتك ولا تخافت بها ، وابتغ بين ذلك سبيلا** " (الإسراء : ١١٠) ، وأيضا يذكر بند آخر في نفس السياق : بألا يتكلف السجع في الدعاء : حيث أنه ينبغي لحال الداعي أن يكون حال متضرع ، والتكلف لا يناسبه ، روى البخاري عن ابن عباس رضي الله عنه : " وانظر السجع من الدعاء فاجتنبه " ، ويفسر(النووي : ٣٧٢) معنى ألا يتكلف السجع أي الاعتداء في الدعاء ، والأولى أن يقتصر على الدعوات المأثورة ، فما كل أحد يحسن الدعاء فيخاف عليه الاعتداء ، وقال بعضهم : ادع بلسان الذلة والافتقار ، لا بلسان الفصاحة والانطلاق . ويؤكد (شحاتة ، ١٩٩٨ : ١٣ – ١٤) في نفس السياق على اجتناب اللّغط واللهو . ويذكر (الإمام ابن القيم) فوائد لإخفاء الدعاء ، فيما يلي :

- هو دليل على عظمة الإيمان ، لأن صاحبه يعلم أنّ الله يسمع دعاءه الخفيّ .
- فيه دليل على عظمة الأدب وتعظيم الله .
- أنه أبلغ في التضرع والخشوع .
- أنه أبلغ في الإخلاص .

- أنه أبلغ في جمع القلب على الله في الدعاء .

أنه يدل على قرب العبد من الله ، فإنّما ينادى على البعيد .

- ليس فيه اجتهاد ، فيكون أدعى لدوام الطلب والسؤال (الصعيدي ، ٢٠٠٢ : ٣٣) .

رابعاً : سؤال الله بأسمائه الحسنى وصفاته العليا :

قال عزّ وجل : " ولله الأسماء الحسنى فادعوه بها " (الأعراف : ١٨) .

وعن بريده رضي الله عنه : أنّ رسول الله صلى الله عليه وسلم سمع رجل يقول اللهمّ إنّي أسألك إنّي أشهد أنك الله ، لا إله إلا أنت الأحد الصمد الذي لم يلد ولم يولد ، ولم يكن له كفواً أحد" ، فقال: " لقد سألت الله بالاسم الذي إذا سئل به أعطى ، وإذا دعا به أجاب " (أخرجه أحمد) .

خامساً: الدعاء بصالح الإعمال :

وقد ورد هذا في" حديث الثّلاثة الذين دخلوا إلى الغار ، فانطبقت عليهم الصخرة ، وأغلقت فوهة الغار ، فتوسّلوا إلى الله بأخلص أعمالهم ، وأصوبها فاستجاب الله دعاءهم " .

سادساً : الصلاة على النبي صلى الله عليه وسلم

وهذا ربما من الأمور التي غفل عنها الناس، عن أنس بن مالك رضي الله عنه قال : " كل دعاء محجوب حتى يصلى على النبي صلى الله عليه وسلم " (أورده السيوطي) .

وفي رواية: "كل دعاء محجوب حتى يصلى على النبي صلى الله عليه وسلم وآله" (رواه الطبراني).

سابعاً: طيب المطعم ، ورفع اليدين ، واستقبال القبلة :

ولقد ورد في كل هذا الكثير من الأحاديث النبوية ، وألّف بعض علماء الأمة في هذا الشأن ، فنجد أنّ للإمام السيّوطي " ألف رسالة " بعنوان " فضّ الوعاء في أحاديث رفع اليدين بالدعاء " وغير ذلك ..... (السيّد ، ١٩٩٨: ٨-١٠) . فيقول (الصعيدي ، ٢٠٠٢ : ٣٣) عن أبي هريرة رضي الله عنه أنّ رسول الله صلّى الله عليه وسلم قال : " يأيّها الرسل كلوا من الطيبات واعملوا صالحا " (المؤمنون : ٥١) ، ثم ذكر: الرجل يطيل الشعر أشعث أغبر ، يمدّ يديه إلى السماء : " يارب يارب " ، ومطعمه حرام ، ومشربه حرام ، وملبسه حرام ، وغذيّ بالحرام فأنّى يستجاب له ؟ " (رواه مسلم) .

ويذكر (أبو صفية ، ٢٠٠٣ : ١٠٨- ١١٢) أنّه على الداعي أن يدعو مستقبل القبلة رافعاً يديه بحيث يرى بياض إبطيه ، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " إنّ ربّكم حييٌ كريم ، يستحي

من عبيده إذا رفعوا أيديهم إليه أن يرّدهم صفرا " ، وقال صلى الله عليه وسلم : " ادعوا الله ببطون أكّفكم ، فإذا فرغتم فامسحوا بها وجوهكم " (رواه أبوداوود) .

ثامناً: أن يتوب إلى الله عز وجل ويرد المظالم ويقبل على الله إقبالاً تاماً

ولم يقتصر بيان فضل الدعاء على الأمر به ، بل بيّن الله سبحانه أنّه يغضب إذا لم يسأل ، وذلك قوله: " **فَلَوْلا إِذْ جَاءَهُمْ بَأْسُنَا تَضَرَّعُوا وَلَكِنْ قَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَزَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ**" (الأنعام:٤٣)، لأنّ المقصود من الدعاء إظهار العبودية والذلة والانكسار والرجوع إلى الله ، ولذا قال تعالى: " **قُلْ مَا يَعْبَأُ بِكُمْ رَبِّي لَوْلا دُعَاؤُكُمْ** " (الفرقان: ٧٧) ، فمن أبطل الدعاء فقد أنكر القرآن (السيد، ١٩٩٨: ٨-١٠).

ويجعل (الصعيدي، ٢٠٠٢: ٣٣) بند الاستغفار " من آداب الدعاء " حيث يقول صلى الله عليه وسلم فيما يرويه عنه عبد الله بن عباس رضي الله عنهما : " من لزم الاستغفار جعل الله له من كل ضيق فرجاً، ومن كل هم مخرجاً ، ورزقه من حيث لا يحتسب " (رواه أبو داوود والنسائي وابن ماجة، وابن أبي الدنيا) .

تاسعا : يضيف (القحطاني ، ١٩٩٦ : ٨) بعض أمور في آداب الدعاء :

الدعاء في الرخاء والشدة ، وأن يأمر بالمعروف وينهى عن المنكر ، كذلك الابتعاد عن جميع المعاصي ، وهذا ما أكّد عليه (الصعيدي ، ٢٠٠٢ : ٣٣) أيضا ، حيث قال تعالى : " **إنّما يتقبل الله من المتقين**" .

عاشرا : الوضوء قبل الدعاء إن تيسّر

ويضيف (الصعيدي ، ٢٠٠٢ : ٣٣) ، في هذا السياق : أن يكون الداعي على طهارة ، فعن عثمان بن عفان : " قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : من توضّأ فأحسن الوضوء خرجت خطاياه من تحت جسده حتى تخرج من تحت أظفاره " (رواه مسلم والنسائي) .

إحدى عشر : أن يتخير الداعي أوقات وأحوال وأماكن يستجاب فيها الدعاء . (موسى ، ٢٠٠٠ : ٢٥ – ٢٦)

وقال الإمام الغزالي في الإحياء أن آداب الدعاء عشرة ، أولها : أن يرصد الأزمان الشريفة ، كيوم عرفة وشهر رمضان ، ويوم الجمعة ، والثلث الأخير من الليل ، ووقت الأسحار ، والثاني : أن يغتنم الأحوال الشريفة كحالة السجود والتقاء الجيوش، ونزول الغيث ، وإقامة الصلاة وبعدها (النووي : ٣٧١) .

ويذكر النووي في باب فضل الدعاء بظهر الغيب ، قال تعالى : " **والذين جاءو من بعدهم يقولون ربنا اغفر لنا ولإخواننا الذين سبقونا بالإيمان** " (الحشر : ١٠) ، وقال تعالى : " **واستغفر لذنبك وللمؤمنين والمؤمنات** " (محمد : ١٩) ، وقال تعالى إخبارا عن إبراهيم : " **ربنا اغفر لي ولوالديّ وللمؤمنين يوم يقوم الحساب** (إبراهيم : ٤١) وقال تعالى إخبارا عن نوح صلى الله عليه وسلم : " **رب اغفر لي ولوالدي ولمن دخل بيتي مؤمنا وللمؤمنين والمؤمنات** " (نوح : ٢٨) ، وفي صحيح مسلم عن أبي رضي الله عنه إنه سمع رسول الله صلى الله يقول : " ما من عبد مسلم يدعو لأخيه بظهر الغيب إلا الملك ولك بمثل " وفي رواية أخرى في صحيح مسلم عن أبي الرداء إن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان يقول : " دعوة المرء المسلم لأخيه بظهر الغيب مستجابة ، عند رأسه ملك موكل كلما دعا لأخيه بخير ، قال الملك الموكل به : آمين ولك بمثله " ، وروي في كتابي أبي داوود والترمذي عن ابن عمر رضي الله عنه إن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " أسرع الدعاء إجابة دعوة غائب لغائب " ضعّفه الترمذي (النووي: ٣٧٥) .

اثنا عشر:

إضافة إلى ما سبق يذكر الإمام ابن القيم الجوزية انه على الداعي الا يدعو بأمر قد فرغ منه ، وألاَ يدعو بمستحيل أو فيما معناه ، أيضا أن يبدأ بنفسه ويدعو لوالديه وإخوانه المسلمين (الجوزية، ٢٠٠٠ : ٣٤) .

ولقد قسّم (الصعيدي ، ٢٠٠٢ : ٣٣) الآداب التي تتعلق بالداعي إلى ثلاثة أقسام هي تحتوي على ما تمّ جمله سابقاً ، كالتالي :

أ- الآداب التي تتعلق بالداعي نفسه ، ومنها :

- الآداب التي تسبق الشروع في الدعاء .
- هيئة الداعي أثناء الشروع في الدعاء .
- استفتاح الدعاء بألفاظ الإجابة وصيغها :

ولقد حدّد (موسى، ٢٠٠٠ : ٤٤) جانبا منها فيما يلي :

- " اللهم إني أسألك بأنّي أشهد أنك أنت الله ، لا إله إلا أنت الأحد الصمد ، الذي لم يلد ولم يولد ولم يكن له كفواً أحد " .
- " يا ذا الجلال والإكرام : فعن معاذ بن جبل _ رضي الله عنه _ قال : سمع النبي صلى الله عليه وسلم رجلا وهو يقول : يا ذا الجلال والإكرام ، فقال : " قد استجيب لك فسل" (رواه الترمذي) .

- " يا أرحم الراحمين : عن أبي إمامة _ رضي الله عنه _ قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " إنّ لله ملكا موكلا بمن يقول : " يا أرحم الراحمين " ، فمن قالها ثلاثاً، قال الملك : " إنّ أرحم الراحمين قد أقبل عليم فسل " (رواه الحاكم) .
- " اللهم إني أسألك بأن لك الحمد ، لا إله إلا أنت ، يا حنّان ، يا منّان ، يا بديع السموات والأرض ، يا ذا الجلال و الإكرام " .
- عن أنس بن مالك _ رضي الله عنه _ قال : مرّ النبي صلى الله عليه وسلم بأبي عباس زيد بن الصامت الزرقي وهو يصلي ويقول: اللهم إني أسألك بأن لك الحمد ، لا إله إلا أنت ، يا حنّان ، يا منّان ، يا بديع السموات والأرض ، يا ذا الجلال والإكرام ، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " سألت الله باسمه الأعظم الذي إذا دعا به أجاب ، وإذا سئل به أعطى " (رواه أحمد وابن ماجة والنسائي) .
- " لا إله إلا الله ، والله أكبر ، لا إله إلا الله وحده لا شريك له ، له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قدير، لا إله إلا الله ولا حول ولا قوة إلا بالله " : عن معاوية بن أبي سفيان _ رضي الله عنهما _ قال : " سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول : " من دعا بهؤلاء الكلمات الخمس ، لم يسأل الله شيئا إلا أعطاه : لا إله إلا الله ، والله أكبر ، لا إله إلا الله وحده لا شريك له ، له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قدير ، لا إله الا الله ولا حول ولا قوة الا بالله " (رواه الطبراني) .
- يارب ، يارب، يارب:
- عن عائشة _ رضي الله عنها _ قالت : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " إذا قال العبد يارب ، يارب، يارب ، قال الله : لبيك عبدي ، سل تعط " (رواه ابن أبي الدنيا) .
- " ربّ ربّ" : عن أبي الدرداء وابن عباس _ رضي الله عنهم _ إن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " اسم الله الأكبر : رب رب " (رواه الحاكم) .
- " اللهم إني أسألك باسمك الطاهر الطيب المبارك ، الأحبّ إليك ، الذي إذا دعيت به أجبت ، وإذا سئلت به أعطيت ، وإذا استرحمت به رحمت ، وإذا استفرجت به فرجت " .
- " اللهم مغفرتك أوسع من ذنوبي ، ورحمتك أرجى عندي من عملي " .

❖ **الآداب التي تعقب الدعاء** : وفيها أمران :

_الآداب التي تعقب الدعاء وقبل حصول الإجابة .

_ الآداب التي تعقب الدعاء اذا قضيت الحاجة وتمت الاستجابة ، ومنها ما روى الحاكم وابن ماجة أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " ما يمنع أحدكم اذا عرف الإجابة من نفسه، فشفي من مرضه ، أو قدم من سفر، أن يقول، الحمد لله الذي بعزته وجلاله تتم الصالحات ؟ ! "(الصعيدي، ٢٠٠٢ : ٣٤ -٤٨) .

شروط الدعاء :

يؤكد موسى على انه حتى يكون للدعاء صدى وأثر فلا بد إن يتحلى الداعي بقدر الإمكان بهذه الصفات التي بينها الله عز وجل في محكم آياته ورسوله الكريم صلى الله عليه وسلم في أحاديثه النبوية ومنها ايضا عدم الدعاء على الأولاد ، فربما قد وافق ساعة إجابة فتقع الدعوة موقعها ، وقد قيل إن الدعوات كالحجارة التي يرمى بها فمنها ما يصيب ومنها ما يخطىء ، ولهذا قال صلى الله عليه وسلم : " لا تدعوا على أنفسكم ولا تدعوا على أولادكم ولا تدعوا على أموالكم ولا توافقوا من الله ساعة يسأل فيها عطاء فيستجيب لكم" (رواه مسلم) (موسى، ٢٠٠٠ : ٢٤) .

ويقول البرديسي إن من شروط الدعاء إن يكون الداعي طاهرا " ظاهرا أو باطنا " ، يكثر من ذكر الله ، ويجدد التوبة مخالطا للأخيار (البرديسي،٢٠٠٠ : ١٠٩٨) .

ويضيف القحطاني أن من شروط الدعاء وأسباب الإجابة :

- الإخلاص لله عز وجل .
- حضور القلب في الدعاء فلقد ذكر (موسى ، ٢٠٠٠: ١١٧) إن الله لا يقبل دعاء من قلب غافل لاهٍ.
- لا يسأل الا الله وحده.
- عدم الدعاء على الأهل والمال والنفس والولد .
- أن يكون المطعم والمشرب من حلال .
- ألا يدعو بإثم أو قطيعة رحم .
- الرغبة والرهبة في الدعاء .
- التضرع والخشوع في الدعاء .
- رد المظالم مع التوبة .
- إن يتوسل لله عز وجل بأسمائه الحسنى وصفاته العلى ، أو يعمل صالحا قام به الداعي نفسه، أو بدعاء رجل صالح حين يكون حاضراً له .

يقول تعالى: "واذكر ربك في نفسك تضرعا وخيفة ودون الجهر من القول بالغدو والآصال ولا تكن من الغافلين" (الأعراف: ٢٠٥) .

- عدم الاستعجال، وقول الداعي: دعوت الله ولم يستجب لي، فقد روي عن النبي صلى الله عليه وسلم انه قال: "يستجاب لأحدكم ما لم يعجل، بقول دعوت فلم يستجب لي " (موسى، ٢٠٠٠: ٢٥) .

ويذكر موسى إن لقبول الدعاء شروط مستنبطة من القران الكريم والسنة النبوية ولقد لخصها أهل العلم في الآتي:

١) الإخلاص في الدعاء والإلحاح فيه، يقول تعالى: "وما أمروا إلا ليعبدوا الله مخلصين له الدين حنفاء ويقيموا الصلاة ويؤتوا الزكاة وذلك دين القيمة" (البينة:٥).

٢) عدم الاستعجال وقول الداعي : دعوت الله ولم يستجب لي، فقد روي عن النبي صلى الله عليه وسلم انه قال: "يستجاب لأحدكم ما لم يعجل، يقول دعوت فلم يستجب لي".

٣) الدعاء بالخير وتجنب الدعاء بإثم أو قطيعة رحم ، عن عباده بن صامت رضي الله عنه إن النبي صلى الله عليه وسلم قال : " ما على الأرض مسلم يدعو بدعوة الا أتاه الله إياها ، أو صرف عنه السوء مثلها ما لم يدع بإثم أو قطيعة رحم " .

٤) حضور القلب فان الله عز وجل لا يقبل دعاء من قلب غافل لاه. يقول تعالى : "واذكر ربك في نفسك تضرعا وخيفة ودون الجهر من القول بالغدو والآصال ولا تكن من الغافلين" (الأعراف :٢٠٥) .

٥) المأكل الطيب والملبس الحلال وان يتجنب الحرام الخبيث . فقال الله تعالى : " يا أيها الناس كلوا مما في الأرض حلالا طيبا ولا تتبعوا خطوات الشياطين انه لكم عدو مبين "(البقرة:١٨٦) (موسى، ٢٠٠٠: ١١٧).

ويذكر أبو صفية بان للدعاء أغراض منها:

- التوحيد والثناء على الله كقول العبد : يا الله الذي لا اله الا أنت ، أو كقول يونس عليه السلام: لا اله الا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين . فالإجابة هنا هي سماع الله سبحانه وتعالى .
- إن يكون المراد منه العبادة .
- إن يقصد منه قضاء حوائج الإنسان .
- إن يكون المراد من الدعاء التوبة عن الذنوب .

وقد تكفل الله سبحانه وتعالى ، بإجابة الدعاء ، وذلك قوله : " وإذا سالك عبادي عني ، فاني قريب أجيب دعوة الداع " (البقرة : ١٨٦) وشرح ذلك رسول الله صلى الله عليه وسلم ، فقال : " ما من احد يدعو بدعاء الا أتاه الله ما سأل أو كف عنه من السوء مثله ما لم يدع بإثم أو قطيعة رحم " .

وفي المقابل قال الرسول صلى الله عليه وسلم : " من سره إن يستجيب الله له عند الشدائد والكرب فليكثر الدعاء في الرخاء " . (أبو صفية ، ٢٠٠٣ : ١٠٨ –١١٢) .

أوقات وأحوال ترجى فيها إجابة الدعاء :

❖ يحدّد (السيد،١٩٩٨: ٨ – ١٠) ذلك قائلا :

أما الأوقات : فمنها بين الظهر والعصر من يوم الأربعاء، ومنها ما بين زوال الشمس من يوم الجمعة إلى أن تغرب الشمس، ومنها الدعاء في الأسحار، ومنها الدعاء يوم عرفة .

وأما الأحوال : فمنها حين فطر الصائم ، ومنها عند زوال الغيث ، ومنها عند التقاء الصفين ، ومنها عند اجتماع المسلمين على الدعاء ، ومنها أدبار المكتوبات ومنها القيام من المجلس .

❖ ويضيف موسى عدة نقاط في هذا الموضع كما يلي :

- عند زحف الصفوف في سبيل الله.
- عند الاستيقاظ من النوم ليلاً والدعاء بالمأثور في ذلك .
- إذا نام علي طهارة ثم استيقظ من الليل ودعا .
- عند اجتماع المسلمين في مجلس الذكر (موسي ، ٢٠٠٠ : ٢٧) .

❖ ويرى الإمام الجوزية أن من أوقات الإجابة : ليلة القدر – يوم عرفة – شهر رمضان – ليلة الجمعة – نصف الليل الثاني وثلث الليل الأول والآخر وجوفه ووقت السحر – وآخر ساعة يوم الجمعة – بعد العصر إلى غروب الشمس – وحين تقام الصلاة – وبعد طلوع الفجر حتى طلوع الشمس، وبعد طلوع الشمس (الجوزية، ٢٠٠٠ : ١٣) .

❖ ويذكر (البكري: ١١) في مجلة البيان عدة أوقات وأحوال ترجى فيها الإجابة ، منها :

أ– عند النداء للصلوات المكتوبة ، وعند التحام الصفوف :

- لقوله صلى الله عليه وسلم: " اثنتان لا تردان _ أو قلما تردان الدعاء عند النداء ، وعند البأس حين يلحم بعضهم بعضا " (أخرجه أبو داوود) .

ب–بين الأذان والإقامة:

- لقوله عليه الصلاة والسلام: " الدعاء لا يرد بين الأذان والإقامة، فادعوا" (أخرجه احمد والترمذي).

ت–في السجود:

- لقوله صلى الله عليه وسلم: " أقرب ما يكون العبد من ربه وهو ساجد ، فأكثروا الدعاء " (رواه مسلم).

ث–دبر الصلوات المكتوبة:

- سئل النبي صلى الله عليه وسلم : أي الدعاء أسمع ؟ فقال : " جوف الليل الأخر ، ودبر الصلوات المكتوبات " رواه الترمذي .

ج– آخر ساعة من يوم الجمعة :

- لقوله صلى الله عليه وسلم : " يوم الجمعة اثنتا عشرة ساعة ، منها ساعة لا يوجد عبد مسلم يسأل الله فيها شيئا إلاّ آتاه الله إياها ، فالتمسوها آخر ساعة بعد العصر (أخرجه أبو داوود)، وعن عبد الله بن سلام – رضي الله عنه – قال: " قلت ورسول الله صلى الله عليه وسلم جالس، إنا لنجد في كتاب الله تعالى في يوم الجمعة ساعة لا يوافقها عبد مؤمن يصلي يسأل الله عز وجل شيئا إلاّ قضى، له حاجته، قال عبد الله: فأشار إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم أوبعض ساعة، فقلت : صدقت أو بعض ساعة، قلت: أي ساعة هي ؟ قال رسول الله صلى الله عليه وسلم آخر ساعة من ساعات النهار، فقلت: إنها ليست ساعة صلاة ، قال: بلى، إنّ العبد المؤمن إذا صلى ثم جلس لا يجلسه إلاّ الصلاة ، فهو في صلاة " رواه ابن ماجة .

ح– في أوقات من الليل ، وخاصة ثلثه الأخير:

- هو وقت خصّه الله بمزيد فضل المناجاة والدعاء فيه ، قال صلى الله عليه وسلم : " إن في الليل لساعة لا يوافقها رجل مسلم يسأل الله خيرا من أمر الدنيا والآخرة الا أعطاه إياها ، وذلك كل ليلة " (رواه مسلم) .

- وقال صلى الله عليه وسلم : " ينزل ربنا كل ليلة إلى السماء الدنيا ، حين يبقى ثلث الليل الأخر ، فيقول : من يدعوني فاستجب ، له ؟ ومن يسألني فأعطيه ؟ ومن يستغفرني فاغفر ، له ؟ " (رواه البخاري) .

- والقسم الأول من ثلث الليل الأخر " وهو جوف الليل الأخر " أفضل للدعاء ، فقد سئل النبي صلى الله عليه وسلم : " أي الدعاء أسمع ؟ فقال : " جوف الليل الأخر ، ودبر الصلوات المكتوبات " ، وهو موافق لصلاة داوود عليه السلام ، قال صلى الله عليه وسلم : " أحب الصلاة إلى الله صلاة داوود عليه السلام ؛ كان ينام نصف الليل ، ويقوم ثلثه ، وينام سدسه " (رواه مسلم) ، فصلاته تبدأ قبل جوف الليل الأخر وتشمله ، حتى يبدأ السدس الأخير من الليل فينام .

خ- عند التعار من الليل وقراءة الذكر الوارد :

- لحديث عبادة بن الصامت _ رضي الله عنه _ قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " من تعار من الليل فقال حين يستيقظ : لا إله إلا الله وحده لا شريك ، له الملك وله الحمد ، وهو على كل شيء قدير ، الحمد لله ، وسبحان الله ، ولا اله الا الله ، والله اكبر ، ولا حول ولا قوة الا بالله العلي العظيم ، ثم دعا : رب اغفر لي ، غفر ، له ، أو دعا ، استجيب له ، ثم قام فتوضأ ثم صلى قبلت صلاته " (رواه البخاري) .

د- دعاء العبد : لا إله إلاّ أنت سبحانك إنيّ كنت من الظالمين :

- لقوله صلى الله عليه وسلم : " دعوة ذي النون إذا دعا بها وهو في بطن الحوت : لا إله إلاّ أنت سبحانك إنّي كنت من الظالمين ؛ لم يدع بها رجل مسلم في شيء قط ، إلاّ استجاب الله له " (أخرجه الترمذي) .

ذ- أحوال أخرى للداعي:

١) دعاء المسلم لأخيه بظهر الغيب:

- عن أبي الدرداء – رضي الله عنه – إن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان يقول : " دعوة المرء المسلم لأخيه بظهر الغيب مستجابة،عند رأسه ملك موكل ، كلما دعا لأخيه بخير قال الملك الموكل به : آمين ولك بمثل " (رواه مسلم) .

٢) دعوة الصائم ، والمسافر ، والمظلوم ، والوالد لولده ، وعلى ولده :

- لقوله صلى الله عليه وسلم : " ثلاث دعوات مستجابات لا شك فيهن : دعوة الوالد على ولده ، ودعوة المسافر ، ودعوة المظلوم (أخرجه البخاري) ، وقوله صلى الله عليه وسلم لمعاذ عندما بعثه إلى اليمن : " واتق دعوة المظلوم ؛ فانه ليس بينه وبين الله حجاب " رواه البخاري .

يوم عرفة :

- قال صلى الله عليه وسلم : " خير الدعاء يوم عرفة ، وخير ما قلت إنا والنبيون من قبلي : لا إله إلا الله وحده لا شريك له ، له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قدير " (رواه الترمذي) .

٣) دعوة المضطر : يقول ابن كثير :

- المضطر : المكروب المجهود ، والله تبارك وتعالى يجيب المضطر إذا دعاه ولو كان مشركا ، فكيف إذا كان مسلما عاصيا مفرطا في جنب الله ؟ بل كيف إذا كان مؤمنا برا تقيا ؟ قال تعالى : " **أمّن يجيب المضطر إذا دعاه ويكشف السوء** " (النمل : ٦٢) ، قال ابن كثير – رحمه الله – في

تفسير الاية السابقة : " أي من هو الذي لايلجأ المضطر الا إليه ، والذي يكشف ضر المضرورين سواه ؟ "

٤) دعوة الحاج ، والمعتمر ، والغازي في سبيل الله :

- لقوله صلى الله عليه وسلم: "الغازي في سبيل الله ، والحاج ، والمعتمر ؛ وفد الله ، دعاهم فأجابوه، وسألوه فأعطاهم" (رواه ابن ماجة) (البيان: ع ١٨٦، ١٦ – ١٧) .

❖ إن أوقات الإجابة ستة كما حددها ابن القيم الجوزية وهي الثلث الأخير من الليل، وعند الآذان، وبين الآذان والإقامة، وأدبار الصلوات المكتوبات، وعند صعود الإمام إلى المنبر حتى تقض الصلاة من ذلك اليوم ، وآخر ساعة بعد العصر، وصادف خشوعا في القلب، وانكسار بين يدي الرب، وذلا له وتضرعا ورقة، واستقبل الداعي القبلة ، وكان على طهارة، ورفع يديه إلى الله ، وبدا بحمد الله والثناء عليه، ثم ثنى بالصلاة على محمد عبده ورسوله صلى الله عليه وسلم ، ثم قدم بين يديه حاجته التوبة والاستغفار، ثم دخل على الله وألح عليه في المسالة، ودعاه رغبة ورهبة، وتوسل إليه بأسمائه وصفاته وتوحيده، وقدم بين يدي دعائه صدقة، فان هذا الدعاء لا يكاد يرد أبدا ، ولا سيما إن صادف الأدعية التي اخذ النبي صلى الله عليه وسلم أنها مظنة الإجابة، أو أنها متضمنة للاسم الأعظم (الجوزية، ٢٠٠٠ : ١٥ –١٦) .

❖ ويقول الصعيدي: إذا كان الدعاء مطلوبا في كل وقت وحين ، وعلى كل حال، فإن الله قد خص بعض الأوقات بمزيد الفضل، بحيث يقبل فيها على عباده الداعين، ويستجيب دعاءهم فضلا منه وكرما، فعلى العبد أن يتحرى هذه الأوقات ، ويجتهد في الدعاء خلالها، رجاء قضاء حوائجه، فعن محمد بن مسلمة أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: "إنّ لربكم في أيام دهركم نفحات فتعرضوا لها، لعلّ أن يصيبكم نفحة منها لا تشقون بعدها أبدا" .

ولقد أجمل ما ذكرته سابقا كما يلي :

١. الأيام التي تتكرر سنويا :

أ- ليلتا العيدين : عيد الأضحى ، وعيد الفطر .

ب-ليلة الإسراء والمعراج : وهي ليلة السابع والعشرين من شهر رجب .

ج- ليلة النصف من شهر شعبان .

د- ليلة القدر : وهي ليلة السابع والعشرين من شهر رمضان على أشهر الأقوال .

هـ-يوم عرفة : وهو يوم التاسع من شهر ذي الحجة ، ويلحق به ليلتها كذلك .

٢. الأوقات التي تتكرر أسبوعيا :

يوم الجمعة وليلتها .

٣. الأوقات التي تتكرر بتكرار اليوم والليلة :

أ- جوف الليل وآخره .

ب-أثناء الوضوء .

ج- عند إقامة الصلاة وعند استواء الصف .

د- بين الأذان والإقامة .

هـ-أثناء السجود .

و- عند قول الإمام : ولا الضالين .

ز- دبر الصلاة المكتوبة .

٤. الدعاء في الأوقات الطارئة :

أ- عند الحاجة والاضطرار .

ب-عند تلاوة القران وعند ختمه .

ج- عند اجتماع المسلمين في مجالس الذكر .

د- عند نزول الغيث .

هـ- عند رقة القلب والخشوع لله .

و- عند الشرب من مياه زمزم .

ز- عند الحضور إلى المحتضر (الميت) ، وعند تغميض عينيه .

ح- عند فطر الصائم .

فضائل الدعاء:

يذكر (البكري ، ع ١٨٦ : ١١) أنّ من فضائل الدعاء :

١. الدعاء عبادة عظيمة : قال الله عز وجل: "قال ربكم ادعوني أستجب لكم ان الذين يستكبرون عن عبادتي سيدخلون جهنم وآخرين " (غافر: ٦) ، وقال الرسول صلى الله عليه وسلم : "الدعاء هو العبادة " رواه أبو داود والترمذي وابن ماجة . وقال صلى الله عليه وسلم " أفضل العبادة هو الدعاء

" أخرجه الحاكم وصححه الألباني في صحيح الجامع ، وقال صلى الله عليه وسلم : " ليس شيء أكرم على الله من الدعاء " أخرجه الترمذي .

٢. في الدعاء ابتعاد عن الكبر : ويدل عليه قوله عز وجل: " **وقال ربكم ادعوني استجب لكم ان الذين يستكبرون عن عبادتي سيدخلون جهنم داخرين**" (غافر : ٦٠) ، وجاء في تحفة الذاكرين (الشوكاني): " وأفاد ذلك أن الدعاء عبادة، وأن ترك دعاء الرب سبحانه استكبار ولا أقبح من هذا الاستكبار، وكيف يستكبر العبد عن دعاء من هو خالف له، ورازقه وموجده من العدم ، وخالق العالم كله ورازقه ومحييه ومميته ومثيب ومعاقبه" .

٣. ما يعطيه الله تعالى للداعي :

فعن أبي سعيد الخدري رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال : " ما من مسلم يدعو ، ليس بإثم ولا قطيعة رحم ، إلا أعطاه الله إحدى ثلاث : إما أن يعجل له دعوته ، وإما أن يدخرها له في الآخرة ، وإما أن يدفع عنه من السوء مثلها " قال : أن نكثر ، قال " الله أكثر " ، وقال صلى الله عليه وسلم : " لا رد القضاء إلا الدعاء ، ولا يزيد في العمر إلا البر " رواه الترمذي .)

ويمكن حصر بعض الآثار المترتبة على الدعاء في الدنيا والآخرة فيما يلي :

☒ الدعاء مفتاح الحاجات ، فالدعاء باب مفتوح للعبد إلى ربه سبحانه وتعالى ، وقد كان خليل الرحمن إبراهيم عليه السلام معروفا بالدعاء والمناجاة ، وقد قال تعالى : " ان إبراهيم لآواه حليم " (سورة التوبة) .

☒ الدعاء شفاء من كل داء : فهو من أوكد الأسباب في إزالة الأمراض المستعصية خصوصا الأمراض النفسية الشائعة في زماننا هذا ، وقد أكدت البحوث الطبية ان الطب الروحي من أهم الأسباب في تخفيف مثل هذه الأمراض وإزالتها ، والدعاء يقف على رأس مفردات الطب الروحي والعلاج النفسي .

على ان الدعاء وصفة طبية روحية مقرونة بالرحمة والشفاء للمؤمنين الموقنين ، قال تعالى :" وننزل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين" (سورة الإسراء) .

☒ الدعاء ادخار وذخيرة : ومن آثار الدعاء إذا واظب عليه العبد في حال الرخاء انه يكون له ذخيرة لاستخراج الحوائج في البلاء .

☒ الدعاء يهذب النفس: الدعاء من أهم العوامل التي تسهم في بناء الإنسان المؤمن، مما فيه من العبودية المطلقة للواحد الحق، التي تكسب الداعي النقاء والصفاء وخشوع القلب ورقته، وتصنع

منه ذات متواضعة لله تعالى، محبة للخير ومصدراً للمعروف، وتبعاً لفيض البركات ؛فيصل بتلك النفس إلى درجات المتقين .

والدعاء سلم المذنبين الذين يعرجون به إلى آفاق التوبة، حيث يخلون بربهم وينوءون بذنوبهم، وينزلونها عنده، ليخفف من غلواء نفوسهم المكبلة بالذنوب، فهو السبب الذي يوصلهم إلى درجات الطاعة والفضيلة ؛ لينالوا درجة الإنسانية الكريمة، ويهذبوا نفوسهم ، ويفلحوا بسعادة الدارين .

☒ الدعاء سلاح المؤمن : الدعاء سلاح ذو حدّين؛ فهو من جانب سلاح في مواجهة هوى النفس الأمّارة ومطاردة شهوتها، ومواجهة الشيطان وغروره، وحب الدنيا وزخرفتها، وهذا هو حد الانتصار على النفس الذي يؤدي إلى تهذيبها والارتفاع بها إلى درجات الصالحين، ومن جانب آخر فإنّ الدعاء عدة للمؤمن لمواجهة أعدائه ، وهو السلاح الذي يشهره في وجه الظالمين .

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " الدعاء سلاح المؤمن ، وعمود الدين ونور السموات والأرض " . وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " ألا أدلكم على سلاح ينجيكم من أعدائكم ويدّر أرزاقكم ؟ قالوا : بلى يا رسول الله ، قال صلى الله عليه وسلم : تدعون ربكم بالليل والنهار ؛ فإنّ سلاح المؤمن الدعاء " . وقال أمير المؤمنين عليه السلام "الدعاء ترس المؤمن " .

☒ الدعاء تلقين لأصول العقيدة : إنّ تأملنا الأدعية المأثورة تجدها تمثل مدرسة لتعليم العقيدة الإسلامية والانفتاح إلى جميع مفرداتها .

☒ الدعاء يرد القضاء ويرفع البلاء : الدعاء من أقوى الأسباب التي يستدفع بها البلاء ويكشف بها السوء والضر والكرب العظيم ، قال تعالى : " **أمّن يجيب المضطر إذا دعاه ويكشف السوء** " (سورة النمل : ٦٢) .

فبالدعاء يرد القضاء ويصرف البلاء المقدّر، وبذلك وردت الأحاديث عن رسول الله صلى الله عليه وسلم وأئمة أهل البيت عليهم السلام ، قال صلى الله عليه وسلم " ادفعوا أبواب البلاء بالدعاء " .

☒ كما ذكر (موسى، ٢٠٠٠ : ٢٨) ، آثاراً طيبة على صحة المسلم النفسية ، فالمسلم مدعو لكي يدعو ربه لقوله تعالى: "**ادعوني استجب لكم**" (سورة غافر: ٦٠)، ولكل نبي عليه السلام دعوة مستجابة ودعوة رسولنا هي في طلب الشفاعة لأمته كما في الحديث الشريف : عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : " لكل نبي دعوة مستجابة يدعو بها ، وأريد أن أختبئ دعوتي شفاعة لأمتي في الآخرة " أخرجه البخاري .

وأبواب السماء دائما مفتوحة أمام المسلم لكي يستغفر ربه ويدعوه ويناجيه ويتخلص من ذنوبه ويطهر ذاته مما بها من الشوائب والرواسب الانفعالية ، قال تعالى : " **وإذا سالك عبادي عني**

فاني قريب أجيب دعوة الداع إذا دعان فليستجيبوا لي وليؤمنوا بي لعلهم يرشدون " (سورة البقرة : ١٨٦).

وتحرير الإنسان من مشاعر الإثم والذنب له قيمة كبيرة في كل من العلاج والوقاية ، ومن هنا كان لطلب المغفرة قيمة علاجية كبيرة وتبدو أهمية الإيمان بالله وإخلاص الطاعة له والاعتراف بالذنوب، كما قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " والله إني لأستغفر الله وأتوب إليه في اليوم أكثر من سبعين مرة " . فالمؤمن يتربى في المدرسة الإسلامية على الخوف من ذنوبه والرغبة في التخلص منها ، والله تعالى يفرح بتوبة عبده مصداقا لقول نبينا عليه السلام : " الله افرح بتوبة عبده من أحدكم سقط على بعيره وقد أضله الله في ارض فلاة" .

ومن الآثار النفسية الطيبة للأدعية كما يقول (عيسوي ، ١٩٨٨ : ٢٣٨) تعاليم نبينا الكريم بالدعاء قبل شروع المرء في النوم إذا أتى مضجعه فيتوضأ وضوء الصلاة ثم يضطجع على شقه الأيمن ويقول : اللهم أسلمت نفسي إليك وفوضت أمري إليك وألجأت ظهري إليك رهبة ورغبة إليك، لا ملجأ ولا منجى منك الا إليك آمنت بكتابك الذي أنزلت وبنبيك الذي أرسلت . ومثل هذا الدعاء المبارك يساعد الإنسان كثيرا في التخلص من المعاناة من الأرق والسهاد ، ومن تسلط الوسواس والهواجس والأفكار السوداء على ذهن وعقل المريض . ومن خلال هذا الدعاء المبارك يشعر الإنسان بالاعتماد على الله والتوكل عليه (موسى ، ٢٠٠٠ : ٢٨- ٢٩) .

ومن آثار الدعاء : تحصيل الثواب ، واطمئنان النفس ، والتنفيس عن القلب ، والتفريج عن القدر ، وكان الرسول صلى الله عليه وسلم يعلم أصحابه الاستغاثة بالدعاء في علاج كثير من حالات الاضطراب النفسي .

وعن عائشة رضي الله عنها ؛ قالت : كان رسول الله صلى الله عليه وسلم : يستحب الجوامع من الدعاء ، ويدع ما سوى ذلك ،(رواه أبو داود) .

وقال صلى الله عليه وسلم : " ليس شيء أكرم على الله من الدعاء " ، " فمن لم يسأل الله يغضب عليه " " ومن لم يدع الله غضب عليه " ، " لا تعجزوا في الدعاء ، فإنه لن يهلك مع الدعاء " ، " من سرّه أن يستجيب الله له عند الشدائد والكرب فليكثر الدعاء في الرخاء" ، " الدعاء سلاح المؤمن، وعماد الدين ، ونور السموات والأرض " ، مرّ صلى الله عليه وسلم بقوم مبتلين فقال : " أما كان هؤلاء يسألون الله العافية ؟ " ، " ما من مسلم ينصب وجهه لله تعالى في مسألة إلا أعطاها إياه ، إما ان يجعله له ، وإما أن يدّخرها له " (الشعراوي ، ٢٠٠٠ : ٢٧) .

من تستجاب دعوته :

١) من دعا عند النداء وعند التحام الحروب " اثنتان لا تردان " الدعاء عند النداء ، وعند البأس حين يلحم بعضهم بعضاً . وقوله صلى الله عليه وسلم : " اثنتان لا تردان " الدعاء عند النداء وعند المطر. وقوله صلى الله عليه وسلم: "ساعتان تفتح فيهما أبواب السماء :عند حضور الصلاة، وعند الصف".

٢) من دعا بين الأذانين قول النبي صلى الله عليه وسلم في حديث أنس رضي الله عنه " لا يردّ الدعاء بين الأذان والاقامة" .

٣) من دعا دبر الصلوات الخمس " قيل يا رسول الله أي الدعاء أسمع ؟ قال : جوف الليل، ودبر الصلوات الخمس " .

٤) ساعة في يوم الجمعة : إن في يوم الجمعة ساعة يستجيب الله عز وجل فيها الدعاء وهي ساعة مهمة كليلة القدر ينبغي التعرض لها في جميع نهاره بحضور القلب ، ولزوم الذكر ، والدعاء ، والنزوع عن وسواس الدنيا فعسى يحظى المرء بشيء من تلك النفحات . قال صلى الله عليه وسلم في حديث أبي هريرة إن رسول الله ذكر يوم الجمعة فقال : " فيه ساعة لا يوافقها عبد مسلم وهو قائم يصلي يسال الله شيء الا أعطاه إياها وأشار بيده يقللها " .

٥) من دعا في جوف الليل حديث أبو هريرة رضي الله عنه : " ينزل ربنا تبارك وتعالى كل ليلة إلى السماء الدنيا حين يبقى ثلث الليل الأخر يقول : " من يدعوني فاستجب له ، من يسألني فأعطيه ، من يستغفرني فاغفر له " .

٦) من دعا في ساعة من الليل : في حديث جابر رضي الله عنه قال : " إن في الليل لساعة ، لا يوافقها رجل مسلم يسال الله خيرا من أمر الدنيا والآخرة إلاّ أعطاه الله إياه ، وذلك كل ليلة " .

٧) من دعا عند ختم القرآن ، روى عن أنس بن مالك رضي الله عنه أنه : كان إذا ختم القرآن جمع ولده وأهل بيته فدعا لهم " .

٨) من دعا بمكة المكرمة : قول النبي صلى الله عليه وسلم في حديث عبد الله بن مسعود رضي الله عنه حدثني عمرو بن ميمون أنّ عبد الله بن مسعود حدثه أن النبي صلى عند البيت وأبو جهل وأصحاب له جلوس إذ قال بعضهم لبعض : أيّكم يجيء بسلا جزور بيت فلان فيضعه على ظهر محمد إذا سجد ، فانبعث أشقى القوم فجاء به ، فنظر حتى إذا سجد النبي صلى الله عليه وسلم وضعه على ظهره بين كتفيه وأنا انظر لا أغني شيئاً لو كان لي منعة ، قال : فجعلوا يضحكون ورسول الله ساجد لا يرفع رأسه حتى جاءته فاطمة فطرحت عن ظهره فرفع رأسه ثم قال : " اللهم عليك بقريش " ثلاث مرات ، فشق عليهم إذا دعا عليهم ثم سمى " الله

عليك بأبي جهل وعتبة بن ربيعة وشيبة .... " وعد سبعة فو الذي نفسي بيده لقد رأيت الذين عدّ رسول الله صلى الله عليه وسلم صرعى في القليب (هو البئر التي طرحت فيه جثث الكافرين من قتلى قريش يوم بدر) .

٩) من دعا تحت المطر حديث سهل بن سعد رضي الله عنه " اثنتان لا تردان الدعاء عند النداء، وتحت المطر" .

١٠) من دعا عندما يأوي إلى فراشه طاهراً حديث أبي أمامة الباهلي قال : سمعت رسول الله يقول من أوى إلى فراشه طاهراً يذكر الله حتى يدركه النّعاس لم ينقلب ساعة من الليل سأل الله شيئاً من الدنيا والآخرة إلاّ أعطاه إيّاه " .

١١)من دعا بدعوة ذي النون " قول النّبي صلى الله عليه وسلم في حديث سعد رضي الله عنه دعوة ذي النون إذ دعا وهو في بطن الحوت " لا إله إلاّ أنت سبحانك أنّي كنت من الظالمين " فإنه لم يدع بها رجل مسلم في شيء قط إلاّ استجاب الله له " .

من استغاث ربه من المؤمنين "**إِذْ تَسْتَغِيثُونَ رَبَّكُمْ فَاسْتَجَابَ لَكُمْ أَنِّي مُمِدُّكُمْ بِأَلْفٍ مِنَ الْمَلَائِكَةِ مُرْدِفِينَ** " (الأنفال: ٩) .

١٢)من قال آمين بعد قراءة فاتحة الإمام .

١٣)الساجد لله تعالى "أقرب ما يكون العبد من ربه وهو ساجد ، فأكثروا الدعاء" (الدحدوح، ١٩٩٦: ٢-٤) .

تعقيب عام على الفصل الثاني والذي تناول "اضطراب مابعد الصدمة ، الدعاء " :

بعد الاطّلاع على عدة مراجع بالمباحث التي تناولتها الباحثة وهي " اضطراب ما بعد الصدمة – الدعاء " تناولت الباحثة عدة مصطلحات وعناوين هادفة لعنوان دراستها ، فكان المبحث الاول يشمل تدرج بالمصطلحات والتعاريف ، حيث أن مصطلح ما بعد الصدمة لم يكن موجودا بقاموس الطب النفسي قبل عام ١٩٨٠ ، ايضا تناولت الباحثة الاستجابة الانسانية والفلسطينية للصدمة النفسية ، وحول النماذج والنظريات التى فسرت هذا الاضطراب ، وكيف نصل للتخلص من اضطراب ما بعد الصدمة حسب DSMIV .

ايضا القت الباحثة الضوء على الاحتياجات اللازمة لعلاج اضطراب ما بعد الصدمة وانواع العلاجات المستخدمة للتخفيف من حدة هذا الاضطراب . ولاحظت الباحثة أن التوجه الديني بعلاج اضطراب الصدمة موجود في عدة مراجع . كذلك (المزيني ٢٠٠٠) يركز في كتابه العلاج النفسي

الديني على المعاناة النفسية واثر التدين والدعاء في التخفيف من حدتها ، وركز على عدة وسائل واستراتيجيات لتخفيف الكرب عند فقد الاحبة .

وارتأت الباحثة أن تلقى الضوء على فضل الشهادة بالقران الكريم والسنة النبوية ، نظرا لحساسية الموضوع واهميته .

في مبحث الدعاء لاحظت الباحثة عدة مراجع تناولت الدعاء من منظور ديني بحت ، وقد اثرت الباحثة رسالتها بكل مايخص الدعاء من اداب – شروط – اوقات الاجابة – فضائل الدعاء . وكان هناك العديد من الايات القرانية والاحاديث النبوية والادعية والقصص والمواقف المأثورة .

وان لا احد يسلم من الام النفس ، وامراض البدن ، وفقدان الاحبة ، وخسران المال ، وان البلاء يصيب الجميع ، فما بالنا باحداث القطاع الذي نعيشه والعينة الحساسة التى تم اختيارها ، وتتمنى أن تكون وفقت فيما تناولته والقت عليه الضوء في الفصل الثاني .

الفصل الثالث

الدراسات السابقة

أولا:- الدراسات التي تناولت اضطراب مابعد الصدمة.

ثانيا:- الدراسات التي تناولت التدين.

ثالثا:- الدراسات التي قامت على زوجات الشهداء.

رابعا:- تعقيب على الدراسات السابقة.

الفصل الثالث

الدراسات السابقة

قامت الباحثة بعمل مسح شامل للدراسات السابقه التي تناولت متغيرات الدراسة الحالية ، وفيما يلي عرض للدراسات التي تناولت عن قرب متغيرات الدراسة الحالية مع متغيرات اخرى .

أولا:- الدراسات التي تناولت اضطراب مابعد الصدمة

١. دراسة (صالح، ٢٠٠٨):

اثر اسلوبي العلاج العقلاني الانفعالي والنمذجة في خفض اضطراب مابعد الضغوط الصدمية

هدفت لمعرفة اثر اسلوبي العلاج العقلاني والانفعالي والنمذجة في خفض اضطراب مابعد الضغوط الصدمية لدى طلاب المرحلة المتوسطة ، وتكونت عينة الدراسة (٣٦) طالبا وزعوا بطريقة عشوائية . تكون البرنامج الارشادي من (١٨) جلسة بواقع جلستين اسبوعيا .

واشارت النتائج الى فاعلية البرنامج الارشادي باسلوبيه العقلاني الانفعالي والنمذجة ، الا ان النتائج لم تظهر فروقا ذات دلالة احصائية بين المجموعتين التجريبيتين ، أي ان اسلوب العلاج العقلاني الانفعالي له نفس الاثر الذي تركه اسلوب النمذجة .

٢. دراسة (خيربك،٢٠٠٨)

الصدمات النفسية لدى العراقيين بعد الحرب (اضطراب مابعد الصدمة)

هدفت للتعرف على اضطراب مابعد الصدمة الذي يعاني منه العراقيين بعد الحرب بوجود بعض المتغيرات الديموغرافية ، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) عراقي تتروح اعمارهم مابين ٢٠-٥٠ سنة .

بينت النتائج ان العراقيين قد عانوا من اثار الحرب من خلال اعراض الصدمات التي ظهرت واضحة لدى نسبة كبيرة منهم والتي ظهرت من خلال الاكتئاب ومشاكل بالنوم والشعور بالذنب وكوابيس متكررة والتي وصلت لدرجة لاضطراب لدى البعض منهم .

٣. دراسة (صيدم وثابت،٢٠٠٧)

الصدمات النفسية للاحتلال واثرها على الصحة النفسية للطلبة في قطاع غزة.

هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى الخبرات الصادمة وانواعها التى تنشأ عند طلبة الجامعات الفلسطينية في قطاع غزة جراء ممارسات الاحتلال وعلاقتها ببعض متغيرات الصحة النفسية مثل : كرب مابعد الصدمة، القلق والاكتئاب .

اشتملت عينة الدراسة على (٣٦٠) من الطلبة (١٩٥ ذكور ، ١٦٥ اناث) من الجامعات الاربعة في قطاع غزة، واستخدم الباحث عدة مقاييس مثل: مقياس غزة للخبرات الصادمة ، ومقياس كرب مابعد الصدمة لدافيدسون ومقياس اعراض القلق والاكتئاب (لهو بكنز) وقد أظهرت النتائج ان نسبة الطلبة الذكور الذين قد تعرضوا للصدمة بلغت ٥١.٤ ، بينما بلغت نسبة

الطلبة من الاناث اللواتى تعرضن للصدمة ٤٨.٦ ، كما اشارت النتائج الى ان ٥٦.٤ % من الطلبة الذكور لديهم خبرات صادمة متوسطة ، بينما الاناث بنسبة ٥٢.٤% ، اظهرت الدراسة ان ٣٤.٩ % من الطلبة الذكور لديهم خبرات صادمة شديدة ، في حين ان ٢٤.٤% من الاناث لديهم خبرات صادمة شديدة ، كما وجدت النتائج فروق دالة في مستوى الخبرات الصادمة تعزى للجنس وذلك لصالح الذكور من افراد العينة، وايضا توجد فروق دالة في اعراض(القلق ، والاكتئاب) تعزى للجنس وذلك لصالح الاناث من افراد العينة .

٤. دراسة (الخطيب، ٢٠٠٧)

تقييم عوامل مرونة الأنا لدى الشباب الفلسطيني في مواجهة الاحداث الصادمة.

هدفت الى التعرف على العوامل المكونة لمرونة الانا لدى الشباب الفلسطيني في مواجهة الاحداث الصادمة التي يتعرضون لها نتيجة للاجتياحات والاغتيالات والاعتقالات الاسرائيلية ضد الشعب الفلسطيني بأسره، وتم التطبيق على عينة قدرها (٣١٧) طالبا وطالبة فلسطينية من ابناء قطاع غزة من طلبة الجامعة الاسلامية وجامعة الازهر، وقد تم استخدام مقياس مرونة الانا ،وقد اظهرت النتائج وجود عوامل خاصة لمرونة الانا هي:الاستبصار والاستقلال والابداع ،وروح الدعابة والمبادأة ،والعلاقات الاجتماعية، والقيم الروحية الموجهة(الاخلاق)،كما اظهرت نتائج التطبيق تمتع الشباب الفلسطيني بدرجة عالية في مرونة الانا ،وهذا يرجع الى كثرة تعرض الشباب الفلسطيني للأحداث الصادمة وقدرتهم على التصدي لها .

٥. دراسة (دخان والحجار، ٢٠٠٦)

الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الاسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم

هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى الضغوط النفسية ومصادرها لدى طلبة الجامعة الاسلامية وعلاقته بمستوى الصلابة النفسية لديهم اضافة الى تاثير بعض المتغيرات على الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة والصلابة النفسية لديهم، وبلغت عينة الدراسة (٥٤١) طالبا وطالبة ، واستخدم الباحثان استبيالنتان، الاولى لقياس الضغوط النفسية لدى الطلبة، والثانية لقياس مدى الصلابةالنفسية لديهم ،وتوصلت الدراسة الى عدة نتائج اهمها:ان مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة كان (٦٢.٠٥%)، وان معدل الصلابة النفسية لديهم (٧٧.٣٣%)، كما بينت الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية –عدا الاسرية والمالية–تعزى لمتغير التخصص لصالح طلبة العلمي ، كما بينت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية–عدا الدراسية وضغوط بيئة الجامعة –تعزى لمتغير المستوى الجامعي لصالح المستوى الرابع،كما بينت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية –عدا المالية والدرجة الكلية –تعزى لمتغير الدخل الشهري ، وبينت الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة احصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية والصلابة النفسية .

٦. دراسة (ثابت واخرون، ٢٠٠٦)

تأثير هدم البيوت على الصحة النفسية للأطفال الذكور والصلابة النفسية في قطاع غزة

هدفت إلي بحث أنواع و شدة الخبرات الصادمة للأطفال الذكور الذين فقدوا بيوتهم نتيجة للهدم , ومعرفة مدى انتشار كرب ما بعد الصدمة و علاقته بالصدمات ,و معرفة الصلادة النفسية في الأطفال و علاقتها بالصدمة و كرب ما بعد الصدمة و المخاوف.

وتألفت عينة الدراسة من 45 طفل و مراهق من العائلات التي هدمت بيوتها في الفترة الأخيرة في منطقة رفح و بيت حانون , و تم تطبيق الاختبارات التالية :اختبار الخبرات الصادمة ,مقياس كرب ما بعد الصدمة ,مقياس المخاوف ,مقياس الصلابة النفسية.

وقد اشارت النتائج أن أكثر أحداث تعرض له الأطفال هي مشاهدة مناظر وصور الجرحى والشهداء في التلفزيون وبنسبة % 95.6 ،و أيضاً سماع للقصف المدفعي للمناطق المختلفة من قطاع غزة وبنسبة .% 95.6 وفي هذه الدراسة تبين أن % 60 من الأطفال تعرضوا لصدمة نفسية متوسطة،و % 6.7 تعرضوا لصدمة نفسية بسيطة، في حين % 33.3 من الأطفال تعرضوا لصدمة نفسية شديدة . أما بالنسبة لكرب ما بعد الصدمة فقد تبين أن % 15.6 يعانون بدرجة

خفيفة ،و % 62.2 يعانون بدرجة متوسطة، في حين % 20 يعانون بدرجة شديدة ، وبلغ متوسط درجات بعد الالتزام ± 37.4و بالنسبة للصلابة النفسية فقد بلغ متوسط الصلابة النفسية 99.5 .

و تبين في الدراسة وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين تعرض الأطفال للأحداث الصادمة ودرجة الاضطرابات النفسية الناتجة ما بعد الصدمة ، ولوحظ وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين درجات المخاوف ودرجة كرب ما بعد الصدمة . أما بالنسبة لدرجة الصلابة النفسية فقد لوحظ وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين درجات الصلابة النفسية ودرجة كرب ما بعد الصدمة.

٧. دراسة (عربيات: ٢٠٠٥)

فعالية برنامج ارشادي يستند الى استراتيجية حل المشكلات في تخفيف الضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية

هدفت إلى التعرف على فعالية برنامج توجيه وارشاد جمعي قائم على استراتيجية حل المشكلات في تخفيف الضغوط النفسية التي يعاني منها طلاب المدراس في مستوى الصف الاول الثانوي. تألفت عينة الدراسة من(٤١٥)طالبا موزعين على عشرة شعب من شعب الصف الاول الثانوي تم اختيارها عشوائيا، ثم وزعت عشوائيا الى ضابطة وتجريبية. طبق على جميع عينة الدراسة مقياس الضغوط النفسية المعد لاغراض هذه الدراسة(قياس قبلي)، ثم طبق برنامج التوجيه والارشاد الجمعي حول التدريب على استراتيجية حل المشكلات على افراد المجموعة التجريبية في كل مدرسة ، وبعد الانتهاء من البرنامج اعيد تطبيق المقياس مرة اخرى على جميع افراد الدراسة(قياس بعدي)، ولتحقيق اغراض الدراسة تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.

اظهرت النتائج ان هناك فروق لصالح المجموعة التجريبية أي ان هناك اثر للبرنامج وأشارت النتائج الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الضغوط النفسية في كل المدارس.

٨. دراسة (يونس، ٢٠٠٥)

مدى فاعلية اسلوب الاسترخاء العضلي في خفض مستوى اعراض اضطراب مابعد الصدمة النفسية لدى عينة من الطلبة المصابين في الجامعة الاردنية

تهدف إلى معرفة مدى فاعلية اسلوب الاسترخاء العضلي في خفض مستوى اضطراب مابعد الصدمة PTSD على عينة من طلبة الجامعة الاردنية ، ولقد اختيرت عينة القصدية من (٤٠) طالبا وطالبة ن منهم (١٧) طالبا وطالبة مصابون ب(PTSD) بدرجة متوسطة .

استخدم مقاييس جاكسون لقياس فاعلية اسلوب الاسترخاء العضلي ومقياس الكبيسي و (DSM IV ، 1999) وقد اظهرت النتائج وجود اثر لاسلوب الاسترخاء العضلي في خفض مستوى اعراض PTSDواستمرار احتفاظ افراد لمجموعة التجريبية عبر الزمن بانخفاض مستوى PTSD، نتيجة لاستعمال هذا الاسلوب.

٩. دراسة (طه، ٢٠٠٤)

اثر اضطرابات مابعد الصدمة على كفاءة بعض الوظائف المعرفية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى عينة من المصدومين

هدفت للكشف عن اثر الاضطرابات النفسية ،النفسية الجسمية الناتجة عن التعرض لبعض الاحداث الصدمية واثرها على كفاءة الاداء على اختبارات بعض الوظائف المعرفية ،والتوافق النفسي الاجتماعي لدى عينة من مرضى اضطرابات مابعد الصدمة في ال مجتمع المصري .

وتألفت العينة من (٤٠) مريض مشخصا اكلينيكيا اعمارهم مابين (١٨-٤٠) سنة .

والادوات المستخدمة عبارة عن (١٢) اختبار صنفت لمجموعتين ن الاولى من اعداد الباحثة عددها (٧) اختبارات والثانية (٥)اختبارات استخدمت قبلا في بحوث سابقة .

أكدت النتائج على اهمية الدور الذي يؤديه متغير الفروق النوعية "الذكور مقابل الاناث"في كفاءة الاداء على اختبارات الوظائف المعرفية والتوافق النفسي الاجتماعي وانه اظهر دورا هاما في ابراز الفروق بين مجموعات الدراسة في اتجاه تفوق ذوي المستوى المرتفع من التعليم على ذوي المستوى المنخفض منه .

١٠. دراسة (الحواجري وقوتة،٢٠٠٣)

مدى فاعلية برنامج ارشادي مقترح للتخفيف من آثار الصدمة النفسية لدى طلبة مرحلة التعليم الاساسي في محافظة غزة .

هدفت لفحص اثر برنامج ارشادي للتخفيف من آثار الصدمة النفسية لدى طلبة مرحلة التعليم الاساسي في محافظة غزة .

وتألفت عينة الدراسة الكلية من (٣٤٠)طالبا وطالبة من طلبة الصف السادس الابتدائي(١٩٤ طالب و١٤٦ طالبة)تم اختيار درجات اعلى (٤٨) طالب وطالبة منهم في البرنامج . ولقد استخدم الباحث اسلوب الارشاد الجماعي وطريقة المحاضرة وطريقة المناقشة الجماعية في تنفيذ جلسات البرنامج وقام الباحثان بتطبيق بطارية من الاختبارات تتكون من مقياس ردود فعل الاطفال للأحداث الصادمة، والبرنامج الارشادي"اعداد الباحثان"مقياس العصاب ،مقياس مؤشر الضغط النفسي ،

ومقياس مستوى الاجتماعي والاقتصادي"اعداد دكتور صلاح ابوناهية"،كما قام الباحث باعتماد اسلوب المقارنة بين المجموعة التجريبية والضابطة والقياس القبلي والبعدي ،والقياس التتبعي بعد شهرين من انتهاء البرنامج ، ولقد اظهرت النتائج علاقة جوهرية طردية بين مستوى الصدمة النفسية ومستوى العصاب وان هناك فروق جوهرية في مستوى الصدمة النفسية بين الذكور والاناث لصالح الاناث .

ثانياً: الدراسات التي تناولت التدين:

١. دراسة (الهمص، ٢٠٠٢)

مدى فعالية العلاج الديني في تخفيض القلق لدى الشباب الفلسطيني في محافظات غزة.

- هدفت إلى قياس مدى فاعلية العلاج الديني في تخفيض القلق لدى الشباب الفلسطيني في محافظات غزة، والكشف عن دلالة الفروق في درجات القلق لدى مجموعة تجريبية قبل تطبيق البرنامج العلاجي. تكونت عينة الدراسة من (٤٠) شابا وشابة، وتم تقسيمها إلى مجموعتين تجربتين. وتم استخدام أدوات الدراسة وهي عباره عن مقياس تايلور للقلق ترجمة مصطفى ومحمد غالي واستمارة تقدير المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة الفلسطينية من إعداد نظمي أبو مصطفى (٢٠٠٠) واختبار المصفوفات المتتابعة إعداد فؤاد أبو حطب وآخرون (١٩٧٩) وبرنامج العلاج الديني إعداد الباحث ، وقد اظهرت النتائج انه: توجد فروق دالة إحصائياً في كل من درجات القلق لدى المجموعتين التجريبية قبل تطبيق البرنامج وبعده لصالح التطبيق الفعلي.- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية الذين يتلقون_علاجاً دينيا قبل الانتظام في البرنامج وبعده لصالح القياس وهذه النتيجة تحقق صحة الفرض، كما أظهرت الدراسة أن للعلاج الديني أثره في تخفيض القلق لدى الشاب الفلسطيني موضع الدراسة وهذا يؤكد فعالية برنامج العلاج الديني في تخفيض القلق لدى الشباب الفلسطيني .

٢. دراسة (المزينى ،٢٠٠١)

القيم الدينية وعلاقتها بالاتزان الانفعالي ومستوياته لدى طلبة الجامعة الاسلامية بغزة.

هدفت الى الكشف عن مدى تمسك طلبة الجامعه الاسلامية بغزة بالقيم الدينية ومدى تحليهم بالاتزان الانفعالى كما هدفت الى الكشف عن العلاقة بين القيم الدينية لدى عينة من طلبة الجامعه الاسلامية ومستوى الاتزان الانفعالى لديهم ، واشارت نتائج الدراسة إلى :وجود درجة عالية من القيم الدينية لدى طلاب وطالبات الجامعه الاسلامية بغزة حيث يقعوا في الارباعي الرابع من منحنى القيم

الدينية ، كذلك وجود درجة عالي من الاتزان الانفعالى حيث يقعوا في الارباعي الثالث والرابع من منحنى الاتزان الانفعالى .

٣. دراسة (موسى، ٢٠٠٠)

أثر الدعاء كأسلوب إرشادي نفسي في تخفيف حدة بعض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من طالبات الجامعة الملتزمات وغير الملتزمات دينياً .

- هدفت الدراسة الى: تصميم مقاييس نفسية لقياس الاضطرابات السيكوسوماتية والالتزام الديني وحساب خصائصها السيكوسوماتية من صدق وثبات ، و بناء برنامج إرشادي نفسي ديني مستخدما الأدعية والأذكار ، و اختبار فاعلية البرنامج الإرشادي النفسي الديني في تخفيف هذه الاضطرابات السيكوسوماتية لدى الطالبات الملتزمات وغير الملتزمات دينيا.

وقد بلغ عدد العينة (٤٠ طالبة) واستخدم الاداوت التالية للدراسة : مقياس الاضطرابات السيكوسوماتية (كورنل للشخصية، ميدل) ،و مقياس الالتزام الديني (طريفة الشويعر، ١٤٠٩ هـ) (المحيش، ١٤١٨ هـ).

وبينت النتائج ان للبرنامج الإرشادي النفسي الديني أثر في تخفيف حدة الاضطرابات السيكوسوماتية لعينة الطالبات التجريبية الملتزمات دينيا .

٤. دراسة (عبد العظيم، ١٩٩٠):

أثر العلاج النفسي الديني متمثلا في دور الأدعية والأذكار في تخفيف القلق لدى عينة من طالبات الجامعة.

هدفت إلى التعرف على دور الأدعية والأذكار في تخفيف القلق.

وتكونت عينة الدراسة من (١٤٩ طالبة). وقد اشارت نتائج الدراسة إلى انه توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الطالبات عل مقياس القلق قبل وبعد استخدام البرنامج لصالح القياس البعدي، بمعنى أن متوسط درجات الطالبات في القياس البعدي كان اقل من المتوسط في القياس القبلي مما يشير إلى فاعلية استخدام أسلوب الإرشاد النفسي الديني عن طريق الأدعية والأذكار في خفض مستوى القلق لدى الطالبات .

ثالثاً: دراسات قامت على زوجات الشهداء:

١. دراسة (عابد، ٢٠٠٨)

الوحدة النفسية لدى زوجات الشهداء في ضوء بعض المتغيرات النفسية .

هدفت الدراسة الى الكشف عن علاقة الشعور بالوحدة النفسية لدى زوجات الشهداء بكل من المساندة الاجتماعية والالتزام الديني ، كما هدفت الى الكشف عما اذا كان هناك فروق في مستوى الشعور بالوحدة النفسية يمكن ان تعزى الى بعض المتغيرات الديمغرافية مثل المستوى الاقتصادي ، نمط الاسرة ، عدد السكن ، عدد الابناء ، عدد السنوات بعد استشهاد الزوج ، المؤهل العلمي ، مكان السكن .

استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي . و تكونت عينة الدراسة من ١٥٣ زوجة شهيد .

وقامت الباحثة باعداد الادوات التالية لتحقيق اهداف الدراسة : استبانة الوحدة النفسية – استبانة المساندة الاجتماعية – استبانة الالتزام الديني.

توصلت الدراسة للنتائج التالية: انه _ توجد علاقة ارتابطية عكسية دالة احصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى زوجات الشهداء . _ لاتوجد علاقة ارتباطية بين الشعور بالوحدة النفسية والالتزام الديني لدى زوجات الشهداء . _ لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الشعور بالوحدة النفسية تعزى لكل من المستوى الاقتصادي نم السكن وعددا الابناء . _ توجد فروق دالة احصائيا في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى زوجات الشهداء تعزى لكل من عدد السنوات لصالح "سنتين او اقل" ، المؤهل العلمي لصالح ثانوية عامة او اقل ، مكان السكن لصالح شمال غزة .

٢. دراسة (علوان،٢٠٠٧)

الرضا عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية "دراسة ميدانية على عينة من زوجات الشهداء الفلسطينين " .

هدفت الى التعرف على علاقة الارتباط بين كل من متوسطات درجات مقياسي : الرضا عن الحياة ، والوحدة النفسية لدى عينة الدراسة ، مع التعرف الى الفروق المعنوية في متوسطات درجات كل من مقياسي: الرضا عن الحياة ، والوحدة النفسية : تبعا لمتغيرات : تاريخ الاستشهاد ، الوضع الاقتصادى، المستوى التعليمي، المهنة، الخلفية الثقافية ، ومحافظات غزة .

وتكونت عينة الدراسة من (٢١١) مائتين واحدى عشر زوجة شهيد من محافظات غزة ، واستخدم مقياس الرضا عن الحياة، اعداد : الباحث ، ومقياس الوحدة النفسية ، اعداد : الباحث .

وقد اظهرت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة سالبة دالة بين كل من : متوسطات درجات مقياس الرضا عن الحياة ، والوحدة النفسية. ووجود علاقة موجبة غير دالة بين مجالى : التقدير الاجتماعي ، والشعور بالاهمال.

تعقيب عام على الدراسات السابقة

لقد قامت الباحثة في هذا الفصل من خلال عرضه للدراسات السابقة بوضع الدراسات المناسبة والتي يوجد لها علاقة مباشرة قدر المستطاع بدراسة الباحث ، حيث واجه الباحث صعوبة في الحصول على دراسات سابقة تتحدث في موضوع الدراسة بشكل مباشر ألا وهو "اضطراب مابعد الصدمة وعلاقته بالتوجه نحو الدعاء لدى عينة من زوجات الشهداء بغزة .

وقد تميزت الدراسة الحالية بأنها جمعت بين متغيري التوجه نحو الدعاء واضطرب مابعد الصدمة ، وسيكون هناك تعليق على الدراسات التي تناولت اضطرب مابعد الصدمة ، والدراسات التي تناولت التدين ، والدراسات التي قامت على زوجات الشهداء .

<u>أولاً : تعليق على الدراسات التي تناولت اضطرابات مابعد الصدمة والضغوط النفسية:</u>

أولاً : من حيث الأهداف : تنوعت الاهداف فمنها كان حول اثر اسلوب العلاج العقلاني والنمذجة في خفض اضطراب مابعد الصدمة "صالح،٢٠٠٨" ، ومنها حول التعرف على اضطراب مابعد الصدمة بوجود بعض المتغيرات "خيربك،٢٠٠٨" ، ودراسة"صيدم وثابت،٢٠٠٧" حول اثر الصدمات النفسية للاحتلال على الصحة ، وهناك دراسة هدفت للتعرف على العوامل المكونة لمرونة الانا لدى الشباب الفلسطيني في مواجهة الاحداث الصادمة "الخطيب،٢٠٠٧" ، ودراسة "دخان والحجار،٢٠٠٦" هدفت للتعرف على مستوى الضغوط النفسية ومصادرها لدى طلبة الجامعة ، وقد قامت دراسة "ثابت واخرون،٢٠٠٦" لبحث انواع وشدة الخبرات الصادمة للأطفال الذكور الذين فقدوا بيوتهم نتيجة الهدم .

ثالثاً : من حيث العينة: اختلفت العينات فمنها كان على طلاب المدارس كدراسة " صالح،٢٠٠٨"، "عربيات ،٢٠٠٥" و دراسة " الحواجري وقوتة،٢٠٠٣" ، ومنها ماقام على طلبة الجامعات مثل دراسة "صيدم وثابت،٢٠٠٧" ، دراسة "الخطيب ،٢٠٠٧ " و دراسة "يونس ،٢٠٠٥" ، وهناك دراسات عدة قامت على الاطفال كدراسة " دخان والحجار،٢٠٠٦" ، دراسة "ثابت وآخرون،٢٠٠٦"، دراسة " حجازي،٢٠٠٤" ، ودراسة " حسنين ،٢٠٠٤" . وهناك دراسات قامت على المرضى الاكلينيكيين مثل دراسة " طه ،٢٠٠٤ " .

رابعاً : من حيث الأساليب الإحصائية : تنوعت الأساليب الإحصائية المستخدمة لتحقيق أهداف كل دراسة من أهمها المتوسط ، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط ، تحليل التباين ، النسبة المئوية ، المتوسط الحسابي .واتفقت جميع الدراسات على استخدام المنهج الوصفي التحليلي .

خامساً : من حيث النتائج : اثبتت النتائج وجود اعراض واضحة لمن تعرض للصدمات من آثار الحرب "خيربك ، ٢٠٠٨ " ودراسات اظهرت وجود فروق دالة في مستوى الخبرات الصادمة تعزى للجنس لصالح الذكور كدراسة "صيدم وثابت ، ٢٠٠٧" . ونتائج دراسة " الخطيب ،٢٠٠٧" اظهرت تمتع الشباب الفلسطيني بدرجة عالية في مرونة الانا وارجع الباحث ذلك لكثرة تعرض الشباب الفلسطيني للأحداث الصادمة وقدرتهم على التصدي لها . وأثبتت أغلب نتائج الدراسات وجود فاعلية للبرامج التي تم استخدامها لتخفيف اضطراب مابعد الصدمة مثل دراسة " صالح ،٢٠٠٨" ، دراسة " عربيات ، ٢٠٠٥" ، دراسة " يونس ، ٢٠٠٥ " ، ودراسة " الحواجري وقوتة ، ٢٠٠٣" .

ثانياً : تعليق على الدراسات التي تناولت التدين :

أولاً : من حيث الأهداف : تنوعت أهداف الدراسات التي قامت على التدين ، فمنها دراسة " أبوسلامة ،٢٠٠٦" والتي هدفت للتعرف على علاقة التدين وقلق الموت بدافعية الانجاز ، وهناك دراسات هدفت لتخفيف القلق عن طريق العلاج الديني كدراسة " الهمص ، ٢٠٠٢" والتي هدفت لقياس مدى فاعلية العلاج الديني في تخفيض القلق، و دراسة " عبدالعظيم ، ١٩٩٠ " والتي كانت للتعرف على دور الأدعية والأذكار في تخفيف القلق ، وهناك دراسة " المزيني ،٢٠٠١" والتي هدفت للكشف عن مدى تمسك طلبة الجامة الإسلامية بالقيم الدينية ، ودراسة " موسى ، ٢٠٠٠" هدفت لمعرفة فاعلية البرنامج النفسي الديني في تخفيف حدة بعض الاضطرابات السيكوسوماتية ، ودراسة " خضر، ٢٠٠٠ " والتي هدفت لمعرفة فاعلية الارشاد النفسي الديني والتدريب على المهارات الاجتماعية ، والدمج بينهما في خفض سمة الغضب .

ثانياً: من حيث العينة: تنوعت العينا تالتي طبقت عليها الدراسات السابقة ، فدراسة " ابو سلامة ، ٢٠٠٦" تم تطبيقها على عينة معلمين ، ودراسة " الهمص، ٢٠٠٢" قامت على الشباب ، وهناك دراسات قامت على طلبة الجامعات كدراسة " المزيني ، ٢٠٠١ " ودراسة " موسى ، ٢٠٠٠"، ودراسة " عبدالعظيم ، ١٩٩٠" ، ومن الدراسات ماقام على طلبة المدارس كدراسة " خضر ، ٢٠٠٠ " .

ثالثاً : من حيث الأساليب الإحصائية : تنوعت الأساليب الإحصائية المستخدمة لتحقيق أهداف كل دراسة من أهمها المتوسط ، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط ، تحليل التباين ، النسبة المئوية، المتوسط الحسابي .واتفقت جميع الدراسات على استخدام المنهج الوصفي التحليلي .

رابعاً : من حيث النتائج : أثبتت جميع الدراسات فاعلية التدين على المتغيرات الأخرى مثل دراسة " الهمص، ٢٠٠٢" والتي هدفت لقياس مدى فاعلية العلاج الديني في خفض القلق ، ودراسة " موسى، ٢٠٠٠ " لفاعلية البرنامج النفسي الديني في تخفيف حدة الاضطرابات السيكوسوماتية ، ودراسة " خضر، ٢٠٠٠" أكدت على فاعلية البرنامج الديني واكتساب المهارات الاجتماعية في تخفيف حدة الغضب ، ودراسة " عبدالعظيم ، ١٩٩٠ " والتي اثبتت دور الأدعية والأذكار وفاعليتها في تخفيف القلق .

<u>ثالثا: تعليق على الدراسات التي تناولت زوجات الشهداء:</u>

هناك قلة للدراسات التي قامت على زوجات الشهداء بغض النظر عن أنواع متغيرات الدراسة ، أكثر دراستين في قطاع غزة عرضتهما الباحثة هنا هما ، دراسة " عابد ،٢٠٠٨" والتي هدفت للكشف عن علاقة الشعور بالوحدة النفسية لدى زوجات الشهداء بكل من المساندة الاجتماعية والالتزام الديني . ودراسة " علوان ، ٢٠٠٧" والتي هدفت للتعرف على علاقة الارتباط بين كل من متوسطات درجات مقياس الرضا عن الحياة والوحدة النفسية لدى عينة الدراسة ، مع التعرف الى الفروق المعنوية في متوسطات درجات كل منهما تبعا لبعض المتغيرات . وقد ناقشت الدراستين متغيرات عدة لها علاقة " بالرضا عن الحياة ، الوحدة النفسية ، التقدير الاجتماعي ، والالتزام الديني " ، وكانت النتائج واقعية منطقية تؤكد وضع زوجة الشهيد في قطاع غزة وما تعانيه من ظروف معيشية واجتماعية صعبة .

فروض الدراسة:

- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى اضطراب ما بعد الصدمة وبين التوجه نحو الدعاء على عينة من زوجات الشهداء في غزة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اضطراب ما بعد الصدمة يعزى للعمر.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين اضطراب ما بعد الصدمة يعزى لمستوى التعليم.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اضطراب ما بعد الصدمة يعزى للمستوى الاقتصادي .
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اضطراب ما بعد الصدمة يعزى لمنطقة السكن.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اضطراب ما بعد الصدمة يعزى لعدد سنوات الزواج.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير العمر.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه نحو الدعاء تعزى لعدد سنوات الزواج .
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه نحو الدعاء تعزى لمستوى التعليم.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه نحو الدعاء تعزى للمستوى الاقتصادي .
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه نحو الدعاء تعزى لمنطقة السكن.

الفصل الرابع

الطريقة والإجراءات

أولا:- منهجية الدراسة.

ثانيا:- مجتمع الدراسة.

ثالثا:- عينة الدراسة.

رابعا:- أدوات الدراسة.

- **أولاً :استبانة اضطراب مابعد الصدمة**
- **ثانيا : استبانة التدين**

خامسا :- الأساليب الإحصائية المستخدمة

الفصل الرابع

الطريقة والإجراءات

يتناول هذا الفصل وصفاً مفصلاً للإجراءات التي اتبعتها الباحثة في تنفيذ الدراسة، ومن ذلك تعريف منهج الدراسة، ووصف مجتمع الدراسة، وتحديد عينة الدراسة، وإعداد أداة الدراسة (المقياس)، والتأكد من صدقها وثباتها، وبيان إجراءات الدراسة، والأساليب الإحصائية التي استخدمت في معالجة النتائج، وفيما يلي وصف لهذه الإجراءات.

منهج الدراسة:

من أجل تحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي التحليلي التي تحاول من خلاله وصف الظاهرة موضوع الدراسة **(اضطراب ما بعد الصدمة وعلاقته بالتوجه نحو الدعاء لدى زوجات الشهداء في غزة)** وتحليل بياناتها وبيان العلاقة بين مكوناتها والآراء التي تطرح حولها والعمليات التي تتضمنها والآثار التي تحدثها، وهو أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كمياً عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسات الدقيقة.

وتأتي أهمية المنهج الوصفي التحليلي بوصفه ركن اساسي في البحث العلمي ، وفي نظر الكثيرين من الباحثين ، فإنه المنهج الأكثر ملاءمة لدراسة اغلب المجالات الانسانية نتيجة صعوبة استخدام المناهج الاخرى ، وبالاخص المنهج التجريبي وغيره .

ويعرف المنهج الوصفي التحليلي بانه : أحد اشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة او مشكلة محددة وتصوريها كميا عن طريق جمع البيانات ومعلومات معينة عن ظاهرة او مشكلة وتصنيفها وتحليلها واخضاعها للدراسة الدقيقة (عبدالمؤمن، ٢٠٠٨:٢٨٧).

وقد عرفه (الرشيدي،٥٩:٢٠٠٠) "بأنه مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتماداً على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلاً كافياً ودقيقاً؛ لاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات عن الظاهرة أو الموضوع محل البحث (النوح، ٢٠٠٤:١٣٠) .

مصادر الدراسة:

اعتمدت الدراسة علي نوعين أساسيين من البيانات:

١-**البيانات الأولية:** وذلك بالبحث في الجانب الميداني بتوزيع استبيانات لدراسة بعض مفردات الدراسة وحصر وتجميع المعلومات اللازمة في موضوع الدراسة، ومن ثم تفريغها وتحليلها باستخدام

برنامج SPSS الإحصائي (Statistical Package For Social Science) ، واستخدام الاختبارات الإحصائية المناسبة بهدف الوصول لدلالات ذات قيمة ومؤشرات تدعم موضوع الدراسة.

٢-**البيانات الثانوية:** لقد قامت الباحثة بمراجعة الكتب والدوريات والمنشورات الخاصة أو المتعلقة بالموضوع قيد الدراسة، والتي تتعلق بالكشف **عن اضطراب ما بعد الصدمة وعلاقته بالتدين لدى زوجات الشهداء في غزة،** بهدف إثراء موضوع الدراسة بشكل علمي، وذلك من أجل التعرف على الأسس والطرق العلمية السليمة في كتابة الدراسات، وكذلك أخذ تصور عن آخر المستجدات التي حدثت في مجال الدراسة عن **اضطراب ما بعد الصدمة وعلاقته بالتوجه نحو الدعاء لدى عينة من زوجات الشهداء في قطاع غزة.**

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع زوجات الشهداء في محافظة غزة منذ عام ٢٠٠٠ حتى عام ٢٠٠٩ وقد حاولت الباحثة الوصول لاحصائية دقيقة من عدة جهات متخصصة لكن لم توفق بالحصول على رقم دقيق .

عينة الدراسة:

اشتملت عينة الدراسة على (٣١٤) زوجة شهيد في محافظة غزة للعام ٢٠٠٩ ، تم اختيارهن بطريقة عشوائية من مجتمع البحث. وبمختلف مستوياتهن التعليمية والعمرية وعدد أفراد أسرتهن ، والجداول التالية توضح توزيع أفراد عينة الدراسة:

جدول رقم (١)

يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب العمر

	العدد	النسبة المئوية
أقل من ٢٠	١٧	٦%
أقل من ٣٠	١٣٨	٤٣%
٣٠ فأكثر	١٥٩	٥١%
المجموع	٣١٤	١٠٠%

جدول رقم (٢)

يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب السكن

	العدد	النسبة المئوية
غزة	١٤٥	%٤٦
الشمال	٥٥	%١٨
الوسطى	٥٤	%١٧
الجنوب	٦٠	%١٩

جدول رقم (٣)

يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب عدد سنوات الزواج

	العدد	النسبة المئوية
أقل من ١٠	١٥٤	%٤٩
أقل من ٢٠	١١٥	%٣٧
٢٠ فأكثر	٤٥	%١٤
المجموع	٣١٤	%١٠٠

جدول رقم (٤)

يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المستوى الاقتصادي

	العدد	النسبة المئوية
منخفض	١٦٤	%٥٢
متوسط	١٤١	%٤٥
مرتفع	٩	%٣
المجموع	٣١٤	%١٠٠

جدول رقم (٥)

يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المستوى التعليمي

	العدد	النسبة المئوية
ابتدائي	٧٠	%٢٢
إعدادي	٨٦	%٢٧
ثانوي	٥٢	%١٧
دبلوم	٧	%٢
جامعي فما فوق	٩٩	%٣٢
المجموع	٣١٤	%١٠٠

أدوات الدراسة:

أولا: مقياس التدين

بعد الاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة المتعلقة بمشكلة الدراسة واستطلاع رأي عينة من زوجات الشهداء عن طريق المقابلات الشخصية ذات الطابع غير الرسمي قامت الباحثة ببناء المقياس وفق الخطوات الآتية:

- تحديد المجالات الرئيسية التي شملتها الاستبانه .
- صياغة الفقرات التي تقع تحت كل مجال.

إعداد الاستبانه في صورتها الأولية .

عرض الاستبانه على المشرف من أجل اختيار مدى ملاءمتها لجمع البيانات.

تعديل المقياس بشكل أولي حسب ما يراه المشرف.

عرض المقياس على (٧) من المحكمين التربويين بعضهم أعضاء هيئة تدريس في الجامعة الإسلامية، وجامعة الأقصى، وبرنامج غزة للصحة النفسية، ومدرسين. والملحق رقم (٥) يبين أعضاء لجنة التحكيم.

وتم تعديل وصياغة بعض الفقرات وقد بلغ عدد فقرات المقياس بعد صياغتها النهائية (٢٦) فقرة ، حيث أعطى لكل فقرة وزن مدرج وفق سلم متدرج ثلاثي (دائماً، أحياناً، أبداً) أعطيت الأوزان التالية

(١،٢،٣) لمعرفة مستوى التدين لدى زوجات الشهداء بذلك تنحصر درجات أفراد عينة الدراسة ما بين (٢٦، ٧٨) درجة والملحق رقم (١) يبين المقياس في صورتها النهائية.

وقد كانت إجابات كل فقرة وفق الآتي :

التصنيف	دائماً	أحياناً	أبداً
النقاط للفقرات الايجابية	٣	٢	١
النقاط للفقرات السلبية	١	٢	٣

صدق المقياس:

قامت الباحثة بتقنين فقرات المقياس وذلك للتأكد من صدقة كالتالي:

أولاً: صدق المحكمين:

تم عرض الاستبانه في صورتها الأولية على مجموعة من أساتذة جامعيين من المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية ممن يعملون في الجامعات الفلسطينية في محافظات غزة، حيث قاموا بإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مناسبة فقرات الاستبانه ، ومدى انتماء الفقرات إلى الاستبانه ، وكذلك وضوح صياغاتها اللغوية، وفي ضوء تلك الآراء تم تعديل صياغة بعض العبارات لتبقى عدد فقرات المقياس (٢٦) فقرة كما هو عليه .

ثانياً: صدق الاتساق الداخلي:

جرى التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٥٢) زوجة شهيد من خارج عينة الدراسة، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) .

معاملات الاتساق الداخلي لأداة الدراسة لفقرات مقياس التدين والدرجة الكلية لفقراته كما هو مبين بالجدول رقم (٦):

جدول (٦)

معامل ارتباط كل فقرة من فقرات مقياس التدين مع الدرجة الكلية لفقراته

م	الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١.	أحس بأنّ الله قريب مني ومعي عندما أتوجه الى الله بالدعاء .	0.505	دالة عند ٠.٠١
٢.	اشعر بالراحة عندما أدعو .	0.429	دالة عند ٠.٠١
٣.	يتعاظم صبري عندما الجأ إلى الله بالدعاء .	0.588	دالة عند ٠.٠١
٤.	اخصص يوميا أدعية مأثورة اقرأها بعد كل صلاة .	0.593	دالة عند ٠.٠١
٥.	إن الدعاء معي بكل أوقاتي وحالاتي .	0.442	دالة عند ٠.٠١
٦.	تزيد قدرتي على الصبر عندما أشعر أن الله يستجيب دعائي .	0.378	دالة عند ٠.٠١
٧.	ألجأ للدعاء فقط في أوقات الضغط .	0.383	دالة عند ٠.٠١
٨.	اعتقد أن لجوئي لله بالدعاء سندي في مصيبتي .	0.098	غير دالة إحصائياً
٩.	أحفظ الكثير من الأدعية المأثورة .	0.623	دالة عند ٠.٠١
١٠.	أكرر يوميا ورد قرآني قبل النوم.	0.461	دالة عند ٠.٠١
١١.	أحثّ أهلي وأبنائي على الصبر بلجوئنا إلى الدعاء .	0.277	دالة عند ٠.٠٥
١٢.	عندما ألجأ إلى الدعاء أحسّ بأنني خارج أزمتي .	0.442	دالة عند ٠.٠١
١٣.	لولا قدرة لجوئي للدعاء والصلاة وتقربي من الله لما كنت تحمّلت مصيبتي .	0.652	دالة عند ٠.٠١
١٤.	أدعو الله وأنا على ثقة ويقين بأنه سيخفف أزمتي وآلامي.	0.362	دالة عند ٠.٠١
١٥.	أدعو الله وأنا أعلم قيمة الدعاء وعظمته عند الله .	0.215	غير دالة إحصائياً

م	الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١٦.	عندما ألجأ للدعاء فإنني لا اشعر بالخشوع .	0.366	دالة عند ٠.٠١
١٧.	إذا أردت مكافأة أحد ولم استطع ، فإنني أدعو الله له .	0.463	دالة عند ٠.٠١
١٨.	اشعر بأن الدعاء هو ملجأي الذي يقربني من الله ويخفف همومي وانفعالاتي .	0.550	دالة عند ٠.٠١
١٩.	أرى أن الدعاء وسيلة رائعة للتخلص من الأزمات .	0.383	دالة عند ٠.٠١
٢٠.	لا استطيع البدء بيومي إلا بعد أن اردد دعاء الصباح .	0.748	دالة عند ٠.٠١
٢١.	اشعر براحة نفسية عميقة عند قراءة القرآن الكريم .	0.467	دالة عند ٠.٠١
٢٢.	أحافظ على صيام النوافل "مثل الاثنين والخميس" .	0.662	دالة عند ٠.٠١
٢٣.	إذا وقعت في مصيبة أبادر إلى الاستغفار والتوبة والندم .	0.416	دالة عند ٠.٠١
٢٤.	اشعر ان التزامي بقراءة القرآن واللجوء للأذكار والمأثورات الدينية تعينني على االصبر .	0.474	دالة عند ٠.٠١
٢٥.	لديَ يقين ان ما اصابني هو قضائي وقدري .	0.496	دالة عند ٠.٠١
٢٦.	لدي القدرة بالسيطرة والصبر على انفعالاتي في حال الحزن والغضب والسرور والفرح .	0.454	دالة عند ٠.٠١

ر الجدولية عند درجة حرية (٥٠) وعند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٠.٣٥٤

ر الجدولية عند درجة حرية (٥٠) وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٢٧٣

يبين الجدول السابق معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات **مقياس التدين** " والدرجة الكلية لفقراته، والذي يبين أن معاملات الارتباط المبينة دالة عند مستوى دلالة (٠.٠١، ٠.٠٥)، عدا الفقرة رقم (٨، ١٥) فهي غير دالة إحصائياً ومعاملات الارتباط محصورة بين المدى (٠.٢٧٧-٠.٧٤٨) ، وكذلك قيمة r المحسوبة اكبر من قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ ودرجة حرية ٥٠ والتي تساوي ٠.٢٧٣ ، وبذلك تعتبر فقرات المقياس صادقة لما وضعت لقياسه.

وحسب الجدول السابق فقد استثنت الباحثة عبارة (٨،١٥) وعدلت المقياس على ان تصبح فقرات المقياس "٢٤" فقرة بدلا من "٢٦ فقرة ، والملحق رقم (١) يظهر المقياس قبل التعديل ، والملحق رقم (٣) يظهر المقياس بعد التعديل .

ثبات المقياس Reliability:

أجرت الباحثة خطوات التأكد من ثبات المقياس وذلك بعد تطبيقها على أفراد العينة الاستطلاعية بطريقتين وهما التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ .

١-طريقة التجزئة النصفية Split-Half Coefficient :

تم استخدام درجات العينة الاستطلاعية لحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية حيث احتسبت درجة النصف الأول للمقياس وكذلك درجة النصف الثاني من الدرجات وذلك بحساب معامل الارتباط بين النصفين ثم جرى تعديل الطول باستخدام معادلة سبيرمان براون (Spearman-Brown Coefficient) فوجد ان معامل الثبات قبل التعديل (٠.٧٦٩) أن معامل الثبات بعد التعديل (٠.٨٦٩) وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحثة إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

٢- طريقة ألفا كرونباخ:

استخدمت الباحثة طريقة أخرى من طرق حساب الثبات وهي طريقة ألفا كرونباخ، وذلك لإيجاد معامل ثبات المقياس، حيث حصل على قيمة معامل ألفا (0.837) وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحثة إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

ثانياً: مقياس اضطراب ما بعد الصدمة

بعد الاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة المتعلقة بمشكلة الدراسة واستطلاع رأي عينة من زوجات الشهداء عن طريق المقابلات الشخصية ذات الطابع غير الرسمي قامت الباحثة ببناء المقياس وفق الخطوات الآتية:

- تحديد المجالات الرئيسية التي شملتها المقياس.
- صياغة الفقرات التي تقع تحت كل مجال.

إعداد المقياس في صورتها الأولية .

عرض المقياس على المشرف من أجل اختيار مدي ملائمتها لجمع البيانات.

تعديل المقياس بشكل أولي حسب ما يراه المشرف.

عرض المقياس على (٧) من المحكمين التربويين بعضهم أعضاء هيئة تدريس في الجامعة الإسلامية، وجامعة الأقصى، وبرنامج غزة للصحة النفسية،وزوجة شهيد . والملحق رقم (٣) يبين أعضاء لجنة التحكيم.

وتم تعديل وصياغة بعض الفقرات وقد بلغ عدد فقرات المقياس بعد صياغتها النهائية (٢٢) فقرة، حيث أعطى لكل فقرة وزن مدرج وفق سلم متدرج ثلاثي (دائماً،أحياناً،أبداً) أعطيت الأوزان التالية (٣،٢،١) لمعرفة مستوى الاضطراب ما بعد الصدمة لدى زوجات الشهداء بذلك تنحصر درجات أفراد عينة الدراسة ما بين (٢٢، ٦٦) درجة والملحق رقم (٢) يبين المقياس في صورتها النهائية.

وقد كانت إجابات كل فقرة وفق كالأتي:

التصنيف	دائماً	أحياناً	أبداً
النقاط للفقرات الايجابية	٣	٢	١
النقاط للفقرات السلبية	١	٢	٣

صدق المقياس:

قامت الباحثة بتقنين فقرات المقياس وذلك للتأكد من صدقة كالتالي:

أولاً: صدق المحكمين:

تم عرض المقياس في صورتها الأولية على مجموعة من أساتذة جامعيين من المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية ممن يعملون في الجامعات الفلسطينية في محافظات غزة، حيث قاموا بإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مناسبة فقرات المقياس، ومدى انتماء الفقرات إلى المقياس، وكذلك وضوح صياغاتها اللغوية، وفي ضوء تلك الآراء تم تعديل صياغة بعض الفقرات ليبقى عدد فقرات المقياس (٢٢) فقرة كما هو.

ثانياً: صدق الاتساق الداخلي:

جرى التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٥٢) زوجة شهيد من خارج عينة الدراسة، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) .

معاملات الاتساق الداخلي لأداة الدراسة لفقرات مقياس **اضطراب ما بعد الصدمة** والدرجة الكلية لفقراته كما هو مبين بالجدول رقم (٧):

جدول (٧)

معامل ارتباط كل فقرة من فقرات مقياس اضطراب ما بعد الصدمة مع الدرجة الكلية لفقراته

م	الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١.	أشعر بالخوف من الإغماء وأنا في مكان عام.	-0.056	غير دالة إحصائياً
٢.	أشعر بموجات باردة أو ساخنة تجتاح جسدي .	0.409	دالة عند ٠.٠١
٣.	تتابني صور ،ذكريات، وأفكار عن الأحداث الصادمة.	0.581	دالة عند ٠.٠١
٤.	تنتابني أحلام مزعجة .	0.707	دالة عند ٠.٠١
٥.	تنتابني مشاعر فجائية أو خبرات بأن ماحدث سيحدث مرة أخرى .	0.448	دالة عند ٠.٠١
٦.	أعاني من اضطرابات في النوم .	0.656	دالة عند ٠.٠١
٧.	أتجنب الأفكار أو المشاعر التي تذكرني بالأحداث الصادمة.	0.465	دالة عند ٠.٠١
٨.	أتجنب المواقف والأشياء التي تذكرني بالأحداث الصادمة.	0.435	دالة عند ٠.٠١
٩.	لدي صعوبة في الاستمتاع بالحياة والنشاطات اليومية .	0.505	دالة عند ٠.٠١
١٠.	أشعر بالعزلة وبأنني بعيدة عن الآخرين .	0.411	دالة عند ٠.٠١
١١.	لا استطيع الشعور بالحب أو الانبساط.	0.540	دالة عند ٠.٠١
١٢.	أشعر بأنني غير قادر على الشعور بمشاعر الحزن والحب .	0.570	دالة عند ٠.٠١
١٣.	أزاول عملي بنشاط .	0.423	دالة عند ٠.٠١
١٤.	اشعر بصعوبة في النوم أو البقاء نائما .	0.607	دالة عند ٠.٠١
١٥.	تنتابني نوبات من التوتر ونوبات من الغضب.	0.704	دالة عند ٠.٠١

م	الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١٦.	أعاني من صعوبات في التركيز .	0.669	دالة عند ٠.٠١
١٧.	أشعر بأنني على حافة الانهيار .	0.573	دالة عند ٠.٠١
١٨.	استثار لأقل الأسباب وأعاني من التحفز الدائم.	0.785	دالة عند ٠.٠١
١٩.	أعاني من نوبات ضيق التنفس، وسرعة في ضربات القلب.	0.519	دالة عند ٠.٠١
٢٠.	رأيت الكثيرين ماتوا أمامي أثناء الأحداث الأخيرة.	0.545	دالة عند ٠.٠١
٢١.	أجد نفسي ميَّالة للبكاء لأقل الأسباب.	0.512	دالة عند ٠.٠١
٢٢.	تراودني لغاية الآن ذكريات القصف والانفجار والموت.	0.623	دالة عند ٠.٠١

ر الجدولية عند درجة حرية (٥٠) وعند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٠.٣٥٤

ر الجدولية عند درجة حرية (٥٠) وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٢٧٣

يبين الجدول السابق معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات **مقياس اضطراب ما بعد الصدمة** " والدرجة الكلية لفقراته، والذي يبين أن معاملات الارتباط المبينة دالة عند مستوى دلالة (٠.٠١، ٠.٠٥)، عدا الفقرة رقم (١) فهي غير دالة إحصائياً ومعاملات الارتباط محصورة بين المدى (٠.٤٠٩–٠.٧٨٥) ، وكذلك قيمة r المحسوبة اكبر من قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ ودرجة حرية ٥٠ والتي تساوي ٠.٢٧٣ ، وبذلك تعتبر فقرات المقياس صادقة لما وضعت لقياسه.

وحسب الجدول السابق فقد استثنت الباحثة عبارة (١) وعدلت المقياس على ان تصبح فقرات المقياس "٢١" فقرة بدلا من "٢٢ فقرة ، والملحق رقم (٢) يظهر المقياس قبل التعديل ، والملحق رقم (٤) يظهر المقياس بعد التعديل .

ثبات المقياس Reliability:

أجرت الباحثة خطوات التأكد من ثبات المقياس وذلك بعد تطبيقها على أفراد العينة الاستطلاعية بطريقتين وهما التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ .

٣-طريقة التجزئة النصفية Split-Half Coefficient :

تم استخدام درجات العينة الاستطلاعية لحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية حيث احتسبت درجة النصف الأول للمقياس وكذلك درجة النصف الثاني من الدرجات وذلك بحساب معامل الارتباط بين النصفين ثم جرى تعديل الطول باستخدام معادلة سبيرمان براون (Spearman-Brown Coefficient) فوجد ان معامل الثبات قبل التعديل (٠.٧١٢) أن معامل الثبات بعد التعديل (٠.٨٣٢) وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحثة إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

٤- طريقة ألفا كرونباخ:

استخدم الباحثان طريقة أخرى من طرق حساب الثبات وهي طريقة ألفا كرونباخ، وذلك لإيجاد معامل ثبات المقياس، حيث حصل على قيمة معامل ألفا (0.886) وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحثة إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

لقد قامت الباحثة بتفريغ وتحليل المقياس من خلال برنامج (SPSS) الإحصائي وتم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

١- التكرارات والمتوسطات الحسابية والنسب المئوية لمعرفة مستوى التدين واضطراب ما بعد الصدمة لدى زوجات الشهداء .

٢- لإيجاد صدق الاتساق الداخلي للمقياس تم استخدام معامل ارتباط بيرسون "Pearson".

٣- لإيجاد معامل ثبات المقياس تم استخدام معامل ارتباط سبيرمان بروان للتجزئة النصفية المتساوية، ومعامل ارتباط ألفا كرونباخ.

٤- تحليل التباين الأحادي للفروق بين متوسطات ثلاث عينات فأكثر تعزى لمتغير العمر وعدد سنوات الزواج، والمستوى الاقتصادي، والمستوى التعليمي.

الفصل الخامس
نتائج الدراسة وتفسيراتها

- عرض النتائج.
- تفسير النتائج.
- مناقشة النتائج.
- المقترحات والتوصيات.

الفصل الخامس

نتائج الدراسة وتفسيراتها

يتناول هذا الفصل عرض نتائج الدراسة الحالية وتفسيرها للتحقق من فروض الدراسة من خلال عرض أهم ما توصلت إليه نتائج المقياسين و الذي تم تطبيقهما على عينة الدراسة .

عرض النتائج المتعلقة بالتساؤل الاول والثاني:

أولا: عرض النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول، والذي ينص على :

"ما مستوى التوجه نحو الدعاء لدى زوجات الشهداء في قطاع غزة ؟"

وللإجابة عن هذا التساؤل قامت الباحثة باستخدام التكرارات والمتوسطات والنسب المئوية، والجداول التالية توضح ذلك:

جدول (٨)

التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي للدرجة الكلية للمقياس (ن =٣١٤)

المقياس	عدد الفقرات	مجموع الاستجابات	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
التدين	24	21740	69.236	3.123	96.16

و يتضح من الجدول السابق أن **التدين** لدى زوجات الشهداء قد حصل على وزن نسبي قدره (٩٦.١٦%) ، وهذا يشير إلى ان مستوى التدين لدى زوجات الشداء مرتفع جدا، وقد تفسر هذه النتيجة بان الزوجة التي استشهد زوجها كان رحمه الله قد اختار هذا الطريق من البداية، فهو يؤمن إما نصر أو استشهاد، وبالتالي فإن قوة ايمانه قبل استشهاده عاليه جدا، ثم ايضا الزوجة نفسها التي تتاجر مع الله لاتغرها الحياة الدنيا، وتتوقع أن تدين زوجها هو رصيد له في الجنة، وتدينها كذلك رصيد لها في ميزان حسناتها، بل وحتى الثقافه المحلية والقيم والعادات تؤكد على ان التدين يخفف المصائب ويحمي الفرد من الصدمات، بل ويقوي دعمه النفسي والايماني.

إن من أوجب الواجبات في زمن الكوارث والملمات ، رفع اليدين بالدعاء لله رب العالمين، بأكف بيضاء نقية، وقلوب صادقة وفية، واعين باكية تقية تخفف من تلك المآسي التي أقلقت المسلمين وأقضت مضاجعهم، وقد علمنا رسول الله – صلى الله عليه وسلم – أنه " لا يرد القضاء إلا الدعاء " أخرجه الترمذي، واخبرنا بأنه: "لا يغني حذر من قدر، والدعاء ينفع مما قد نزل ومما لم ينزل،

وان البلاء ينزل فيتلقاه الدعاء، فيعتلجان إلى يوم القيامة " أخرجه الترمذي وحسنه الألباني في صحيح الترمذي، فعليكم يا عباد الله بالدعاء، ولهذا كان الدعاء من أسباب النصر على الأعداء، وخاصة اذا كان لك من عباد الله الضعفاء، وقد دل على ذلك حديث رسول الله – صلى الله عليه وسلم – " إنما ينصر الله هذه الأمة بضعيفها بدعوتهم وصلاتهم وإخلاصهم " أخرجه النسائي وصححه الألباني في صحيح النسائي.

وعليه فان مما يستفاد من ذلك انه في حالة نشوب الحرب، وقيام المعركة، واضطرام القتال، أن نرفع أكف الضراعة والاستغاثة بالله لعله سبحانه ان يستجيب لنا فيقهر عدونا، ويخذل محاربنا، ويمدنا بمدد من عنده كما أمد رسول الله وصاحبته بجند من عنده من الملائكة المرسلين حين دعوه في غزوة بدر، فانخلعت قلوب الكافرين، وفروا خاسرين، وتم بفضله – تعالى – النصر المبين.

ثانياً: عرض النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني، والذي ينص على:

"ما مستوى اضطراب ما بعد الصدمة لدى زوجات الشهداء في قطاع غزة ؟

وللإجابة عن هذا التساؤل قامت الباحثة باستخدام التكرارات والمتوسطات والنسب المئوية، والجداول التالية توضح ذلك:

الجدول (٩)

التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي للدرجة الكلية للمقياس (ن = ٣١٤)

المقياس	عدد الفقرات	مجموع الاستجابات	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
اضطراب ما بعد الصدمة	21	13070	41.624	8.233	66.07

يتضح من الجدول السابق أن **اضطراب ما بعد الصدمة لدى زوجات الشهداء في قطاع غزة** حصل على وزن نسبي قدره (٦٦.٠٧%) .

يتضح مما سبق ان اضطراب مابعد الصدمة مرتفع نوعا ما لدى زوجات الشهداء ، لكنه اقل مقارنة بدرجة التدين اللواتي حصلن عليها زوجات الشهداء ، ولعل هذا يجعل لديهن الصبر على تحمل مصيبتهن وتخطي آلامهن .

وهذا يؤكد أن قدر الله نافذ لا محالة، وأن ما أصابنا لم يكن ليخطئنا، وما أخطأنا لم يكن ليصيبنا، جفت الأقلام وطويت الصحف. قال تعالى: ﴿**مَا أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ فِي الأَرْضِ وَلا فِي أَنفُسِكُمْ إِلا فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَن نَّبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللهِ يَسِيرٌ * لِكَيْلا تَأْسَوْا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلا تَفْرَحُوا بِمَا**

آتَاكُمْ وَالله لا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ﴾(الحديد،٢٢_٢٣)، ﴿**مَا أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ الله وَمَن يُؤْمِن بِالله يَهْدِ قَلْبَهُ وَالله بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ** ﴾(التغابن،١١).

وهذا يعزز أن لدى زوجات الشهداء طاقة ذاتية للصبر حتى وإن لم يعنك أحد ، وطاقة ذاتية تجعلك تفعلي أي شيء من أجل أسمى هدف وهو الجنة ... فهذا كاف ليعينك على الصبر ... وإذا أردت أيضا العون على الصبر ... اعلمي أن الدنيا قصيرة أولها بكاء وأوسطها عناء وآخرها فناء، وكما نعلم أن سمو الغاية لا تنال علا بسمو الوسيلة . فإن كانت غايتنا السامية هي الجنة فإن وسيلتنا السامية هي الصبر .

قال ابن عبد العزيز لأم مات ابنها: اتقي الله واحتسبيه عند الله واصبري، فقالت: مصيبتي به أعظم من أن أفسدها بالجزع .

في الصحيحين عن النبي ﷺ قال: "ما يصيب المؤمن من وصبٍ ولا نصبٍ ولا هم ولا حزنٍ ولا غم ولا أذى، حتى الشوكة يشاكها إلا كفر الله بها من خطاياه".

قال الحسن: ما جرعتين أحب إلى الله من جرعة مصيبة موجعة محزنة ردها صاحبها بحسن عزاء وصبر وجرعة غيظ ردها بحلم لا يفتر لسانك من ذكر وشكر المُنعم المتفضل ولا تنسى حال المصيبة كلمة الاسترجاع فقد تضمنت كلمة "إنا لله وإنا إليه راجعون" علاجاً من الله ورسوله لأهل المصائب.

على المصاب أن يعلم أن الذي ابتلاه بمصيبته أحكم الحاكمين وأرحم الراحمين، وأنه سبحانه لم يرسل البلاء ليُهلكه به ولا ليعذبه، ولا ليجتاحه، وإنما افتقده به ليمتحن صبره ورضاه عنه وإيمانه، وليسمع تضرّعه وابتهاله وليراه طريحاً على بابه لائذاً بجنابه، مكسور القلب بين يديه رافعاً قصص الشكوى إليه بالنتائج والتفسير عن جابر بن سمرة قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " من دفن ثلاثة فصبر عليهم واحتسب وجبت له الجنة ، فقالت أم أيمن واثنين فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم " من دفن اثنين فصبر عليهما واحتسب وجبت له الجنة، فقلت ام أيمن: وواحدا، فسكت وامسك ثم قال: "يا أم أيمن من دفن واحدا فصبر عليه واحتسب وجبت له الجنة ، و عن ابن سعيد الخدري وأبي هريرة رضي الله عنهما عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال :" ما يصيب المسلم من نصب ولا وصب ولا هم ولا حزن ور أذى ولا غم حتى الشوكة يشاكها إلا حط الله بها من خطاياه .

<u>عرض النتائج المتعلقة بالفروض :</u>

أولا :عرض النتائج المتعلقة بالفرض الأول ، ومناقشته، والذي ينص على:

" لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى اضطراب ما بعد الصدمة وبين التوجه نحو الدعاء على عينة من زوجات الشهداء في قطاع غزة "

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام معامل ارتباط بيرسون والجدول (١٠) يوضح ذلك:

جدول (١٠)

معامل ارتباط بيرسون بين مستوى اضطراب ما بعد الصدمة وبين التدين

	الدرجة الكلية للتدين
الدرجة الكلية لاضطراب ما بعد الصدمة	** - 0.166

* ر الجدولية عند درجة حرية (٣١٢) وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٠٩٨

**ر الجدولية عند درجة حرية (٣١٢) وعند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٠.١٢٨

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطيه سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.01$) بين مقياس التدين ومقياس إضطراب ما بعد الصدمة. وهذا يشير إلى عدم تحقق الفرض .

أي انه كلما زاد التدين، بمفهوميه المشار اليهما بالرسالة "لصبر والدعاء: فإنه يخفف من حدة اضطراب مابعد الصدمة .

وهذا ماتؤكده الايات القرآنية والأحاديث الشريفة والسنة النبوية وكذلك ثقافتنا الاسلامية، ووضعنا السياسي والأزمات والصدمات النفسية التي تحدث من جراء هذا الوضع لذا فإن الركون للصبر في مثل هذا المقام أمر محمود بل واجب لأن مقادير الله نافذة سواء رضي العبد أم سخط، صبر أم جزع، ولكن العاقل ينبغي أن يتحلى بالصبر حتى لا يحرم المثوبة، وإلا ستؤول به السنن الكونية إلى صبر الاضطرار الذي لا قيمة له في دين الله كما قال النبي ﷺ: ((إنما الصبر عند الصدمة الأولى) (البخاري) .

وذلك لأن العبد إن صبر إيماناً واحتساباً نفذت فيه المقادير وله الأجر، وإن جزع وهلع وتبرّم سلا سَلْوَ البهائم ونفذت فيه المقادير، وعليه الوزر. إن التسليم بالقدر هو مقتضى العقل والدين معاً، وإلا فليفعل ما يشاء من إظهار الكآبة والمبالغة في التوجع والتشكي، ولن يغيِّر من الواقع شيئاً، ولن يبدِّل سنن الله في الكون، وإنما يزيد نفسه كمداً وغماً، وحسرة.

ولنرى كيف يقرّر الله هذه الحقيقة مخاطباً رسوله الكريم ﷺ حين آذاه موقف قريش وتكذيبها له: ﴿قَدْ نَعْلَمُ إِنَّهُ لَيَحْزُنُكَ الَّذِي يَقُولُونَ فَإِنَّهُمْ لاَ يُكَذِّبُونَكَ وَلَكِنَّ الظَّالِمِينَ بِآيَاتِ الله يَجْحَدُونَ * وَلَقَدْ كُذِّبَتْ رُسُلٌ مِّن قَبْلِكَ فَصَبَرُواْ عَلَى مَا كُذِّبُواْ وَأُوذُواْ حَتَّى أَتَاهُمْ نَصْرُنَا وَلاَ مُبَدِّلَ لِكَلِمَاتِ الله وَلَقدْ جَاءَكَ مِن نَّبَإِ الْمُرْسَلِينَ * وَإِن كَانَ كَبُرَ عَلَيْكَ إِعْرَاضُهُمْ فَإِنِ اسْتَطَعْتَ أَن تَبْتَغِيَ نَفَقًا فِي الأَرْضِ أَوْ سُلَّمًا فِي السَّمَاءِ فَتَأْتِيَهُم بِآيَةٍ وَلَوْ شَاءَ الله لَجَمَعَهُمْ عَلَى الْهُدَى فَلاَ تَكُونَنَّ مِنَ الْجَاهِلِينَ﴾ (الانعام: ٣٣-٣٥) .

وقال الله عز وجل للقانطين من رحمة الله اليائسين من نصره: ﴿مَن كَانَ يَظُنُّ أَن لَّن يَنصُرَهُ الله فِي الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ فَلْيَمْدُدْ بِسَبَبٍ إِلَى السَّمَاءِ ثُمَّ لِيَقْطَعْ فَلْيَنظُرْ هَلْ يُذْهِبَنَّ كَيْدُهُ مَا يَغِيظُ﴾ (الحج:١٥). وفي هذا المجال كان صبر أنبياء الله مثلاً يُقتدى به،فأيوب صبر على مرضه وفقد أهله،ويعقوب عليه الصلاة والسلام صبر على فراق ولده، وكيد أبنائه،ويوسف عليه الصلاة والسلام صبر على السجن والافتراء والدسّ والتشويه الذي مارسته امرأة العزيز قبل أن يحصحص الحق، ومحمد ﷺ صبر على كسر رباعيَّته، وشجّ وجهه، ووضع السلا على ظهره ﷺ... !!

قال الغزالي : " إن الايمان نصف صبر ونصف شكر ولا صبر الا على غم ولا شكر الا على فرج . " (الغزالي، ٢٠٠٥ :١٠٩)

وهنا اثبتت النتائج فعالية الجوانب الدينية والروحانية في مدى التخفيف عن الناس وخاصة المصابات باضطراب مابعد الصدمة. بينما الآخرين البعيدين عن تلك الجوانب الدينية كان التأثر باضطراب مابعد الصدمة .

ثانيا : عرض النتائج المتعلقة بالفرض الثاني ، ومناقشته ، والذي ينص على :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات زوجات الشهداء في مقياس التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير السكن (الشمال ،غزة ، الوسطى ، الجنوب).

وللتحقق من صحة هذا من الفرض قامت الباحثة باستخدام أسلوب تحليل التباين الأحادي One Way ANOVA .

جدول (١١)

مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير السكن.

	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة	الاستنتاج
التدين	بين المجموعات	342.267	3	114.089	13.049	0.000	دالة عند ٠.٠١
	داخل المجموعات	2710.293	310	8.743			
	المجموع	3052.561	313				

ف الجدولية عند درجة حرية (٣،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٣.٨٣

ف الجدولية عند درجة حرية (٣،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٢.٦٢

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ف" المحسوبة أكبر من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في الدرجة الكلية للمقياس، أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير السكن، ولمعرفة اتجاه الفروق قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه البعدي والجدول (١٢) يوضح ذلك:

جدول (١٢)

يوضح اختبار شيفيه في الدرجة الكلية للمقياس

	الشمال 70.480	**غزة 68.467**	**الوسطى 69.944**	**الجنوب 71.364**
الشمال 70.480	0			
غزة 68.467	*2.013	0		
الوسطى 69.944	0.536	1.477	0	
الجنوب 71.364	0.884	*2.896	1.419	**0**

* دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠١

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين الشمال وغزة لصالح الشمال، وبين غزة والجنوب لصالح الجنوب، ولم يتضح فروق في المناطق الأخرى ، **وتعزو الباحثة ذلك إلى** ان سكان منطقة الشمال ملتزمون بالجوانب الدينية ومتمسكين بالدعاء والتحلي بالصبر اكثر من سكان منطقة غزة ، وكذلك سكان منطقة الجنوب لديهم التحلي بالصبر والتمسك بالدعاء اكثر من سكان منطقة غزة ،و قد تكون تلك المناطق معرضة اخطر للهجمات الصهيونية والاجتياحات والاضرار اكثر من منطقة غزة وهذا ماجعل سكان تلك المناطق متحلين بالصبر ومتمسكين بالدعاء اكثر من مناطق اخرى ، وهذه النتيجة توافق ماتوصلت اليه دراسة (ثابت وآخرون) خيث اكد على ان مدينة رفح وبيت لاهيا تعتبران من اكثر المدن والمناطق تعرضا للعنف والاهاب الاسرائيليي ، وارجع الباحث هذه النتيجه نظرا لموقعها القريب من نقاط الجيش الاسرائيليي على الحدود المصرية والحدود مع اسرائيل ، حيث تقوم القوات الاسرائيلية الموجوده على الحدود بقصف المدنيين الفلسطينين ، وتفيد احصاءات الجهاز المركزي الفلسطيني للإحصاء بأن ٣٩٣ من سكان محافظة رفح قتلوا خلال الفترة من ٢٩سبتمبر ٢٠٠٠ الى ٣١ اغسطس ٢٠٠٤.

ثالثا: عرض النتائج المتعلقة بالفرض الثالث ، ومناقشته ، والذي ينص على:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات زوجات الشهداء في مقياس التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير العمر (أقل من ٢٠ ، أقل من ٣٠، ٣٠ فأكثر).

وللتحقق من صحة هذا من الفرض قامت الباحثة باستخدام أسلوب تحليل التباين الأحادي One Way ANOVA .

جدول (١٣)

مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير العمر.

	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة	الاستنتاج
التدين	بين المجموعات	342.665	2	171.332	19.663	0.000	دالة عند ٠.٠١
	داخل المجموعات	2709.896	311	8.713			
	المجموع	3052.561	313				

ف الجدولية عند درجة حرية (٢،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٤.٦٦

ف الجدولية عند درجة حرية (٢،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٣.٠٢

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ف" المحسوبة أكبر من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في الدرجة الكلية للمقياس، أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير العمر، ولمعرفة اتجاه الفروق قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه البعدي والجدول (١٤) يوضح ذلك:

جدول (١٤)

يوضح اختبار شيفيه في الدرجة الكلية للمقياس

	أقل من ٢٠ 66.200	أقل من ٣٠ 70.403	30فأكثر 68.429
أقل من ٢٠ 66.200	0		
أقل من ٣٠ 70.403	4.203*	0	
30فأكثر 68.429	2.229	1.974*	0

* دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠١

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين الأقل من ٢٠ سنة والأقل من ٣٠ سنة لصالح الأقل من ٣٠ سنة، وبين الأقل من ٣٠ سنة، و٣٠ سنة فأكثر لصالح الأقل من ٣٠ سنة، ولم يتضح فروق في الأعمار الأخرى ، وتعزو الباحثة ذلك الى ان هذا العمر هو سن النضج والتمييز بين الحلال والحرام والسيء والحسن فهذه الفئة هي الاولى بالالتزام والتمسك بالطاعات واللجوء الى الله والتحلي بالصبر من أي فئات عمرية اخرى سواء اقل من ٢٠ سنة والتي نعتبرها فترة مراهقة وعدم اتزان انفعالي او نفسي او ديني ، او سواء المرحلة العمرية الاكثر من ٣٠ سنة والتي قد يكون بعضهن غير متعلم او مهتم بجوانب اخرى غير الجوانب الدينية التي ظهرت بنسبة اكبر لدى فئة عمرية مافوق العشرين .

رابعاً : عرض النتائج المتعلقة بالفرض الرابع ، ومناقشته، والذي ينص على:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات زوجات الشهداء في مقياس التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج (أقل من ١٠، أقل من ٢٠، ٢٠ فأكثر).

وللتحقق من صحة هذا من الفرض قامت الباحثة باستخدام أسلوب تحليل التباين الأحادي One Way ANOVA.

جدول (١٥)

مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج.

	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة	الاستنتاج
التدين	بين المجموعات	256.481	2	128.241	14.264	0.000	دالة عند ٠.٠١
	داخل المجموعات	2796.079	311	8.991			
	المجموع	3052.561	313				

ف الجدولية عند درجة حرية (٢،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٤.٦٦

ف الجدولية عند درجة حرية (٢،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٣.٠٢

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ف" المحسوبة أكبر من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في الدرجة الكلية للمقياس، أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى

لمتغير **عدد سنوات الزواج** ، ولمعرفة اتجاه الفروق قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه البعدي والجدول (١٦) توضح ذلك:

جدول (١٦)

يوضح اختبار شيفيه في الدرجة الكلية للمقياس

	أقل من ١٠ 70.243	**أقل من ٢٠ 68.407**	**20فأكثر 68.487**
أقل من ١٠ 70.243	0		
أقل من ٢٠ 68.407	*1.835	0	
20فأكثر 68.487	*1.756	0.080	0

* دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠١

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين الأقل من ١٠ سنوات والأقل من ٢٠ سنة لصالح الأقل من ١٠ سنوات، وبين الأقل من ١٠ سنوات و٢٠ سنة فأكثر لصالح الأقل من ١٠ سنة، ولم يتضح فروق في عدد سنوات الزواج الأخرى ، وتعزو الباحثة ذلك إلى أن هذه المرحلة فترة الشباب لدى الامهات وقد يكن متعلمات وذات مقدرة على التفريق بين الحلال والحرام والتمييز للأفضل، فهن اكثر فئة اظهرت اعلى نسبة بالتمسك بالدعاء والتحلي بالصبر اكثر من عدد سنوات الزواج الاخرى والتي تتعدى العشر سنوات .

خامسا: عرض النتائج المتعلقة بالفرض الخامس ، ومناقشته، والذي ينص على :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات زوجات الشهداء في مقياس التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي (منخفض، متوسط، مرتفع).

وللتحقق من صحة هذا من الفرض قامت الباحثة باستخدام أسلوب تحليل التباين الأحادي One Way ANOVA .

جدول (١٧)

مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي.

	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة	الاستنتاج
التدين	بين المجموعات	1.804	2	0.902	0.092	0.912	غير دالة إحصائياً
	داخل المجموعات	3050.756	311	9.810			
	المجموع	3052.561	313				

ف الجدولية عند درجة حرية (٢،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٤.٦٦

ف الجدولية عند درجة حرية (٢،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٣.٠٢

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ف" المحسوبة أقل من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في الدرجة الكلية للمقياس، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي ، وتعزو الباحثة ذلك إلى أن المستوى الاقتصادي لايؤثر ابدا على الالتزام الديني او الصبر او عدم الالتزام ،وهي نتيجة منطقية تؤكد ان لادور للمستوى المادي في تأثيره على الامور الدينية والروحانية .

سادسا : عرض النتائج المتعلقة بالفرض السادس، ومناقشته ،والذي ينص على:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات زوجات الشهداء في مقياس التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير المستوى التعليمي (ابتدائي، إعدادي، ثانوي، دبلوم، جامعي).

وللتحقق من صحة هذا من الفرض قامت الباحثة باستخدام أسلوب تحليل التباين الأحادي One Way ANOVA .

جدول (١٨)

مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة	الاستنتاج
التدين	بين المجموعات	783.764	4	195.941	26.686	0.000	دالة عند ٠.٠١
	داخل المجموعات	2268.796	309	7.342			
	المجموع	3052.561	313				

ف الجدولية عند درجة حرية (٤،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٣.٣٦

ف الجدولية عند درجة حرية (٤،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٢.٣٩

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ف" المحسوبة أكبر من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في الدرجة الكلية للمقياس، أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المستوى التعليمي ، ولمعرفة اتجاه الفروق قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه البعدي والجدول (١٩) يوضح ذلك:

جدول (١٩)

يوضح اختبار شيفيه في الدرجة الكلية للمقياس

	ابتدائي 69.462	إعدادي 67.612	ثانوي 68.558	دبلوم 67.167	جامعي 71.071
ابتدائي 69.462	0				
إعدادي 67.612	1.849	0			
ثانوي 68.558	0.904	0.946	0		
دبلوم 67.167	2.295	0.445	1.391	0	
جامعي 71.071	1.609	*3.459	*2.513	*3.904	0

* دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠١

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين المستوى التعليمي الإعدادي والجامعي لصالح الجامعي، وبين الثانوي والجامعي لصالح الجامعي، وبين الدبلوم والجامعي لصالح الجامعي، ولم يتضح فروق في المستويات الأخرى ، وتعزو الباحثة ذلك إلى أن الامهات الجامعيات اكثر قبولا وتمسكا بالجوانب الايجابية والروحانية كالدعاء والصبر والالتزام الديني من أي مستوى تعليمي اقل من ذلك ، كذلك هن اكثر وعيا بأهمية التمسك بتلك الشايء الروحانية والالتزام الديني .

لا أحد يسلم من آلام النفس، وأمراض البدن، وفقدان الأحباء، وخسران المال.

وهذا ما لا يخلو منه بَرٌّ ولا فاجر، ولا مؤمن ولا كافر، ولكن المؤمن يتلقَّى هذه المصائب برضىً وطمأنينة تفعم قلبه الذي أسلس قياده لمقلِّب القلوب والأبصار؛ لأنه يعلم علم اليقين أن ما أصابه لم يكن ليخطئه، وما أخطأه لم يكن ليصيبه.

قال تعالى: " وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوفْ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الأَمَوَالِ وَالأنفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ" (البقرة،١٥٥).

فالبلاء هنا عام يصيب القلوب بالخوف، والبطون بالجوع، والأموال بالنقص، والأنفس بالموت، والثمرات بالآفات.

ومن لطف الله ورحمته بعباده أنه جعل البلاء: ﴿بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوفْ...﴾ الآية؛ ليدل على التقليل مراعاة لضعف العباد، وتخفيفاً عليهم، ورحمةً بهم.

وفي هذا المجال كان صبر أنبياء الله مثلاً يُقتدى به، فأيوب صبر على مرضه وفقد أهله،ويعقوب عليه الصلاة والسلام صبر على فراق ولده، وكيد أبنائه،ويوسف عليه الصلاة والسلام صبر على السجن والافتراء والدسّ والتشويه الذي مارسته امرأة العزيز قبل أن يحصحص الحق، ومحمد ﷺ صبر على كسر رباعيَّته، وشجّ وجهه، ووضع السلا على ظهره ﷺ... !! (القحطاني،٢٠٠١ : ٢٧) .

سابعا : عرض النتائج المتعلقة بالفرض السابع، ومناقشته ، والذي ينص على :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات زوجات الشهداء في مقياس اضطراب ما بعد الصدمة تعزى لمتغير السكن (الشمال ، غزة، الوسطى ، الجنوب ٣٠ فأكثر).

وللتحقق من صحة هذا من الفرض قامت الباحثة باستخدام أسلوب تحليل التباين الأحادي One Way ANOVA .

جدول (٢٠)

مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير السكن

	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة	الاستنتاج
اضطراب ما بعد الصدمة	بين المجموعات	517.335	3	172.445	2.583	0.053	غير دالة إحصائياً
	داخل المجموعات	20698.321	310	66.769			
	المجموع	21215.656	313				

ف الجدولية عند درجة حرية (٣،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٣.٨٣

ف الجدولية عند درجة حرية (٣،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٢.٦٢

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ف" المحسوبة أقل من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في الدرجة الكلية للمقياس، أي أنه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير السكن ، فقد اظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى اضطراب مابعد الصدمة تعزى لمتغير منطقة السكن ، وهنا تفاجأت الباحثة بالنتيجة فقد كانت متوقعة ان المناطق الواقعة اكثر تحت التدمير والحصار والاجتياحات هي ذات السكان الاكثر تاثرا باضطراب مابعد الصدمة

، ولكن النتيجة لم تظهر أي فروق ولم يكن هنالك أي اثر يذكر لمنطقة السكن بالتأثير على الصدمة . وقد يثبت ذلك ان كل مناطق قطاع غزة واقعة تحت الدمار وتهديد الاحتلال وكلهم عرضة للاصابة باضطراب مابعدالصدمة . وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة كل من (ماكميلان وآخرون،١٩٩٦) ، ودراسة (جوردان ، ١٩٩٢) حيث لاتوجد فروق جوهرية لمكان السكن ، فكل مناطق القطاع تتعرض لنفس الهجمة الصهيونية من اغتيالات ، واجتياحات ، وقهر وتعذيب بدني ونفسي ، بحيث لم تعد هناك منطقة من فلسطين تكون بمأمن عن يد الإجرام والبطش الاسرائيلية والتي تطال كل ماهو فلسطيني بحيث لم يكد يخلو أي شبر من الأرض الفلسطينية دون أن يشهد الاعتداءات والاغتيالات الاسرائيلية (الخطيب،٢٠٠٧: ١٠٨٣) .

واختلفت نتائج هذه الدراسة مع ماتوصلت اليه دراسة (ثابت وآخرون، ٢٠٠٦) حيث اكدت على ان مدينة رفح وبيت لاهيا تعتبران من اكثر المدن والمناطق تعرضا للعنف والاهاب الاسرائليلي ، وارجعت الباحثة هذه النتيجه نظرا لموقعها القريب من نقاط الجيش الاسرائليلي على الحدود المصرية والحدود مع اسرائيل ، حيث تقوم القوات الاسرائيلية الموجوده على الحدود بقصف المدنيين الفلسطينين .

ثامنا : عرض النتائج المتعلقة بالفرض الثامن، ومناقشته ،والذي ينص على :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات زوجات الشهداء في مقياس اضطراب ما بعد الصدمة تعزى لمتغير العمر (أقل من ٢٠ ، أقل من ٣٠، ٣٠ فأكثر).

وللتحقق من صحة هذا من الفرض قامت الباحثة باستخدام أسلوب تحليل التباين الأحادي One Way ANOVA .

جدول (٢١)

مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير العمر.

	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة	الاستنتاج
اضطراب ما بعد الصدمة	بين المجموعات	751.555	2	375.777	5.711	0.004	دالة عند ٠.٠١
	داخل المجموعات	20464.101	311	65.801			
	المجموع	21215.656	313				

ف الجدولية عند درجة حرية (٢،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٤.٦٦

ف الجدولية عند درجة حرية (٢،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٣.٠٢

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ف" المحسوبة أكبر من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في الدرجة الكلية للمقياس، أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير العمر، ولمعرفة اتجاه الفروق قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه البعدي والجدول (٢٢) يوضح ذلك:

جدول (٢٢)

يوضح اختبار شيفيه في الدرجة الكلية للمقياس

	أقل من ٢٠	**أقل من ٣٠**	**30 فأكثر**
	37.600	**40.007**	**42.977**
أقل من ٢٠ **37.600**	0		
أقل من ٣٠ **40.007**	2.407	0	
30فأكثر **42.977**	5.377	*2.970	0

* دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠١

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين الأقل من 30 سنة و٣٠ سنة فأكثر لصالح الأكثر من ٣٠ سنة، ولم يتضح فروق في الأعمار الأخرى، وقد اعزت الباحثة ذلك لعدة اسباب تراها الباحثة اسباب علمية ومنطقية . فعندما يختلف الافراد في استجاباتهم للصدمات بحسب اعمارهم فإن ذلك يعني ارتباط تلك الاعمار عن غيرها بتهيؤ الفرد للاصابة بالاضطرابات ،حيث تتأثر استجابات الافراد او ردود افعالهم في مواجهة الكوارث سواء كانوا صغارا او كبارا ، ويتركز هذا التأثير حول عاملين رئيسيين هما :

- كم الضغوط الاضافية المحيطة بالفرد.
- خبرة الفرد التأهيلية وتعامله مع الاضطرابات التالية للصدمة ، فكبار السن عادة يصابون بدرجة عالية من التازم ولكنهم يستفيدون من خبرة المعالجة والتأهيل بصورة تقلل من تلك الدرجة (مكتب الانماء الاجتماعي،٢٠٠١ :١٨) .

فالدمار الذي ينال توقعات المستقبل بالنسبة لهذه الحلقة من العمر يكون اكثر حجما واوقع اثرا من غيره ، فصغار السن مازال امامهم فرصة التعويض ، ومن هم فوق الستينات لم يعد لديهم من التوقعات المستقبلية او الطموحات التي يخشون عليها .

بناء على ماسبق يمكن القول بأن اعلى المراحل العمرية تاثرا باضطراب مابعد الصدمة كانت تضم الافراد الاكثر من ٣٠ عاما .

تاسعا : عرض النتائج المتعلقة بالفرض التاسع ، ومناقشته ، والذي ينص على :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات زوجات الشهداء في مقياس اضطراب ما بعد الصدمة تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج (أقل من ١٠ ، أقل من ٢٠، ٢٠ فأكثر).

وللتحقق من صحة هذا من الفرض قامت الباحثة باستخدام أسلوب تحليل التباين الأحادي One Way ANOVA .

جدول (٢٣)

مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج.

	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة	الاستنتاج
اضطراب ما بعد الصدمة	بين المجموعات	468.123	2	234.061	3.509	0.031	دالة عند ٠.٠١
	داخل المجموعات	20747.533	311	66.712			
	المجموع	21215.656	313				

ف الجدولية عند درجة حرية (٢،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٤.٦٦

ف الجدولية عند درجة حرية (٢،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٣.٠٢

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ف" المحسوبة أكبر من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في الدرجة الكلية للمقياس، أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير **عدد سنوات الزواج** ، ولمعرفة اتجاه الفروق قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه البعدي والجدول (٢٤) يوضح ذلك:

جدول (٢٤)

يوضح اختبار شيفيه في الدرجة الكلية للمقياس

	أقل من ١٠ 40.286	أقل من ٢٠ 42.541	20 فأكثر 43.256
أقل من ١٠ 40.286	0		
أقل من ٢٠ 42.541	2.255	0	
20فأكثر 43.256	*2.971	0.716	0

* دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠١

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين الأقل من ١٠ سنوات و٢٠ سنة فأكثر لصالح الأكثر من ٢٠ سنة، ولم يتضح فروق في عدد سنوات الزواج الأخرى ، و ترى الباحثة انها نتيجة منطقية فزوجات الشهداء المتزوجات منذ سنوات عدة هم اكثر تاثرا بما حل عليهن من فقد ازواجهن واللواتي عاشوا سنوات زواج عديدة معا، فهم اكثر شريحة تضررا وتاثرا باضطراب مابعد الصدمة مقارنة بزوجات الشهداء الذين قضين عدد سنوات زواج اقل.

قال تعالى: " وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ * الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُم مُّصِيبَةٌ قَالُواْ إِنَّا لله وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعونَ " (البقرة : ١٥٥- ١٥٦) .

هذه الكلمة الطيبة تتضمن أصلين عظيمين إذا تحقق العبد بمعرفتهما تسلّى عن مصيبته:

١-أن العبد وأهله وماله ملك لله عز وجل حقيقة.

٢-أن مصير العبد ومرجعه إلى الله مولاه الحق ليوفيه حسابه.

فإذا كانت هذه بداية العبد وما خوّله ونهايته، فكيف يفرح بموجود أو يأسى على مفقود؟ ففكره في مبدئه ومعاده أعظم معين على التحلّي بالصبر عند الشدائد والمصائب والمحن والفتن (القحطاني،٢٠٠١ : ٧١) .

ولقد ذكر (ابن الجوزية ،٢٠٠٠ : ١٨) ان مما عين على الصبر، استصغار المصيبة:

قال النبي ﷺ: (يا أيها الناس أيما أحدٍ من الناس أو من المؤمنين أُصيب فليتعزَّ بمصيبته بي عن المصيبة التي تصيبه بغيري؛ فإن أحداً من أمتي لن يُصاب بمصيبة بعدي أشد عليه من مصيبتي) اخرجه ابن ماجه.

وكتب بعض العقلاء إلى أخ له يعزيه عن ابن له يقال له: محمد، فنظم الحديث الآنف شعراً فقال:

اصبر لكل مصيبة وتجلد واعلم بأن المرء غير مخلد

واذا ذكرت محمدا ومصابه فاذكر مصابك بالنبي محمد

إن الشخص البالغ العاقل ما دام في دار التكليف والأقلام جارية عليه، لا يستغني عن الصبر في حالة من الأحوال، فإنه بين أمرٍ يجب عليه امتثاله، والصبر لا بد منه قولاً وفعلاً، وبين نهي يجب عليه اجتنابه وتركه، والصبر لا بد له منه، وبين قضاء وقدر يجب عليه الصبر فيهما، وبين نعمة عليه شكر المنعم عليها والصبر عليه، وإذا كانت هذه الأحوال لا تفارقه، فالصبر لازم له إلى الممات.

ولما كان الصبر مأموراً به، جعل الله –سبحانه وتعالى– له أسباباً تعين عليه وتوصل إليه فمما يسلي المصاب: أن يوطن نفسه على أن كل مصيبةً تأتيه هي من عند الله وأنها بقضائه وقدره، وأنه –سبحانه وتعالى– لم يقدرها عليه ليهلكه بها، ولا ليعذبه، وإنما ابتلاه ليمتحن صبره ورضاه، وشكواه إليه وابتهاله ودعاءه، فإن وفق لذلك كان أمر الله قدراً مقدوراً، وإن حرم ذلك كان ذلك خسراناً مبيناً.

و ان يعلم العبد ان الله سبحانه وتعالى خلقه لبقاء لا فناء له، ولعز لا ذل معه ، وامن لاخوف فيه، وغناء لا فقر معه، ولذة لا الم معها، وكمال لانقص فيه، وامتحنه في هذه الدار بالبقاء الذي يسرع اليه الفناء، والعز الذي يقارنه الذل ويعقبه الذل، والامن الذي معه الخوف وبعده الخوف (ابن جوزية، ٢٠٠٠ :١٧-١٩) .

عاشرا : عرض النتائج المتعلقة بالفرض العاشر ، ومناقشته ، والذي ينص على:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات زوجات الشهداء في مقياس اضطراب ما بعد الصدمة تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي (منخفض، متوسط، مرتفع).

وللتحقق من صحة هذا من الفرض قامت الباحثة باستخدام أسلوب تحليل التباين الأحادي One Way ANOVA .

جدول (٢٥)

مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي.

	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة	الاستنتاج
اضطراب ما بعد الصدمة	بين المجموعات	1296.472	2	648.236	10.121	0.000	دالة إحصائياً
	داخل المجموعات	19919.184	311	64.049			
	المجموع	21215.656	313				

ف الجدولية عند درجة حرية (٢،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٤.٦٦

ف الجدولية عند درجة حرية (٢،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٣.٠٢

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ف" المحسوبة أكبر من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في الدرجة الكلية للمقياس، أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي ، ولمعرفة اتجاه الفروق قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه البعدي والجدول (٢٦) يوضح ذلك:

جدول (٢٦)

يوضح اختبار شيفيه في الدرجة الكلية للمقياس

	منخفض 43.662	متوسط 39.867	مرتفع 35.600
منخفض 43.662	0		
متوسط 39.867	*3.795	0	
مرتفع 35.600	*8.062	4.267	0

* دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠١

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين المستوى المنخفض والمرتفع لصالح المنخفض، ولم يتضح فروق في المستويات الأخرى وتعزو الباحثة ذلك إلى أن من هم ذوي وضع اقتصادي منخفض اكثر تأثرا باضطرابات مابعد الصدمة من ذوي الوضع الاقتصادي المرتفع ، وقد يعود ذلك لوضعهم المادي ولاوضاعهم المعيشية والاقتصادية فهم اكثر الناس حرصا على عدم حدوث كوارث وتدمير بمستحقاتهم المادية لذا فالتخوف والتأثر مصاحبهم اكثر من ذوي المستوى الاقتصادي المرتفع الذي قد يكون لايفكر بالاضرار المادية لانه قادر على تعويض ماسيخسره ماديا.

ويذكر(الخطيب ،٢٠٠٧) أن هذه النتيجة تعارضت مع ماتوصلت اليه نتائج دراسة (ماكميلان واخرون) ١٩٩٧، و دراسة (كاثلين وجيم، ١٩٩٧) حيث ان المستوى الاقتصادي لا يشكل أي اختلاف في مدى تمتع الشباب الفلسطيني بمستوى المرونة في مواجهة الأحداث التي يتعرض لها لأن الكل من جميع المستويات الاقتصادية " المرتفعة والمتوسطة والمنخفضة " يتمتعون بنفس المرونة النفسية في مواجهة الأحداث الصادمة التي يتعرضون لها في قطاع غزة، وفسر الباحث تلك النتيجه بان هذا دلالة واضحة على امتداد يد البطش والعدوان الاسرائيلية الى جميع فئات الشعب الفلسطيني من ذوي المستويات الاجتماعية والاقتصادية المختلفة بدءا من معدومي الدخل الاقتصادي مرورا بمتوسطي الدخل الاقتصادي وانتهاء بذوي الدخل الاقتصادي المرتفع بحيث لم تعد هنالك فئة من الشعب الفلسطيني تسلم من البطش والقهر والعدوان الإسرائيلي .

الحادي عشر: عرض النتائج المتعلقة بالفرض الحادي عشر ، ومناقشته ، والذي ينص على :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات زوجات الشهداء في مقياس اضطراب ما بعد الصدمة تعزى لمتغير المستوى التعليمي (ابتدائي، إعدادي، ثانوي، دبلوم، جامعي).

وللتحقق من صحة هذا من الفرض قامت الباحثة باستخدام أسلوب تحليل التباين الأحادي One Way ANOVA .

جدول (٢٧)

مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة	الاستنتاج
اضطراب ما بعد الصدمة	بين المجموعات	1591.720	4	397.930	6.266	0.000	دالة عند ٠.٠١
	داخل المجموعات	19623.936	309	63.508			
	المجموع	21215.656	313				

ف الجدولية عند درجة حرية (٤،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٣.٣٦

ف الجدولية عند درجة حرية (٤،٣١٣) وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٢.٣٩

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ف" المحسوبة أكبر من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في الدرجة الكلية للمقياس، أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المستوى التعليمي، ولمعرفة اتجاه الفروق قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه البعدي والجدول (٢٨) يوضح ذلك:

جدول (٢٨)

يوضح اختبار شيفيه في الدرجة الكلية للمقياس

	ابتدائي 46.462	إعدادي 43.431	ثانوي 42.135	دبلوم 45.333	جامعي 39.094
ابتدائي 46.462	0				
إعدادي 43.431	3.031	0			
ثانوي 42.135	4.327	1.296	0		
دبلوم 45.333	1.128	1.902	3.199	0	
جامعي 39.094	*7.367	*4.337	3.040	6.239	0

- دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠١

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين المستوى التعليمي الابتدائي والجامعي لصالح الابتدائي، وبين الإعدادي والجامعي لصالح الإعدادي ، ولم يتضح فروق في المستويات الأخرى ، وتعزو الباحثة ذلك إلى أن القدرات العقلية والمهارات المعرفية تنمو وتتطور بالارتقاء على سلم التعلم ، وان العلماء يرون ان استجابات الافراد في المواقف المختلفة تتاثر شكلا وموضوعا بالمستوى المعرفي والتعليمي للفرد . لذا من المؤكد ان اعراض الاضطرابات التالية للصدمة تتمثل في العقول بصورة مخالفة بين الافراد ،وان لكل فرد وفق مستواه النمائي والتعليمي اسلوبا خاصا في تفسير الصدمة وتقويمها والاستجابة لها (مكتب الانماء الاجتماعي،٢٠٠١ : ٩٢) .

وترى الباحثة ان بلوغ الفرد مرحلة عليا من التعليم يكسبه مهارة خاصة في ادراك ابعاد الصدمة وتنظيم الذاكرة والقدرة على استعادة الحدث والربط بينه وبين المظاهر الاضطرابية التي يعاني منها الفرد . وهذا ما اكدته النتائج فزوجات الشهداء الحاصلات على مستويات تعليمية عالية كان لديهن التأثر باضطراب مابعد الصدمة اقل من ذوات التعليم الأقل ، وتلك نتيجة واقعية منطقية يبررها التفسير العلمي السابق حول ارتباط المستويات النمائية والتعليمية بمدى تفسير الصدمة والاستجابة لها .

إذا فجعتنا المصائب ونزلت بنا الهموم وادلهمت بنا الطرق وأظلمت علينا الدروب من حوادث الدنيا المقدرة. فإنه علينا بمنزلة الرضا لما قدر الله وقضى فإنها المنزلة الأولى ﴿ **قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا**﴾.

تعليق على نتائج الدراسة :

اثبتت النتائج وجود مستوى عال من التدين لدى زوجات الشهداء قدره (٩٦%) ونسبة اضطراب مابعد الصدمة لديهن كان (٦٦%)

ولقد ربطت الباحثة التدين واضطراب ما بعد الصدمة بعدة متغيرات ديموغرافية هي " متغير العمر ،عدد سنوات الزواج ، المستوى الاقتصادي ، التعليمي ، مكان السكن "

ولقد اثبتت انتائج وجود فروق واضحة في بعض المتغيرات وعدم وجود فروق جوهرية في متغيرات اخرى .

أولا : متغير السكن :

أظهرت النتائج حسب جدول (١١)انه توجد فروق ذات دالة احصائية في مستوى التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير السكن ، حيث اظهرت النتائج وجود فروق بين الشمال وغزة لصالح الشمال ، وبين غزة والجنوب لصالح الجنوب ، ولم يتضح فروق في المناطق الاخرى . بينما يتضح من جدول (٢١) انه لاتوجد فروق ذات دالة احصائية في مستوى اضطراب مابعد الصدمة تعزى لمتغير السكن .

ثانيا : متغير العمر :

حسب جدول (١٤) فلقد اثبتت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير العمر ، وكانت الفروق تبين الاقل من ٢٠ سنة والاقل من ٣٠ سنة لصالح الاقل من ٣٠ سنة ، وبين الاقل من ٣٠ سنة ، و٣٠ سنة فأكثر لصالح الاقل من ٣٠ سنة ، ولم يتضح فروق بالاعمار الاخرى .بينما يتضح من جدول (٢٢) انه توجد فروق ذات دالة احصائية في مستوى اضطراب ما بعد الصدمة تعزى لمتغير العمر ، وتظهر النتائج وجود فروق بين الاقل من ٣٠ سنة و٣٠ سنة فاكثر لصالح الاكثر من ٣٠ سنة ولم يتضح فروق في الاعمار الاخرى .

ثالثا :عدد سنوات الزواج

حسب جدول (١٦) فانه توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج ، وكانت الفروق بين الاقل من ١٠ سنوات والاقل من ٢٠ سنة لصالح الاقل من ١٠ سنوات ، وبين الاقل من ١٠ سنوات و٢٠ سنة فأكثر ، لصالح الاقل من ١٠ سنوات ، ولن تتضح فروق في عدد سنوات الزواج الاخرى . بينما جدول (٢٤) يظهر وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى اضطراب مابعد الصدمة تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج ،

واظهرت النتائج وجود فروق بين الاقل من ١٠ سنوات و٢٠ سنة فأكثر لصالح الاكثر من ٢٠ سنة ، ولم يتضح فروق في عدد سنوات الزواج الاخرى .

رابعا : متغير المستوى الاقتصادي :

يتضح حسب جدول (١٧) انه لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي . بينما اظهرت النتائج كماهو موضح في جدول (٢٦) وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى اضطراب مابعد الصدمة تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي ، ويتضح من الجدول وجود فروق بين المستوى المنخفض والمرتفع لصالح المنخفض ، ولم تتضح فروق في المستويات الاخرى .

خامسا: متغير المستوى التعليمي:

يتضح من جدول (١٩) انه توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوجه نحو الدعاء تعزى لمتغير المستوى التعليمي، ولقد اظهرت النتائج وجود فروق بين المستوى التعليمي الاعدادي والجامعي لصالح الجامعي، وبين الثانوي والجامعي لصالح الجامعي ، وبين الدبلوم والجامعي لصالح الجامعي، ولم يتضح فروق في المستويات الاخرى . بينما اظهرت النتائج كما هو موضح بجدول (٢٨) وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى اضطراب مابعد الصدمة تعزى لمتغير المستوى التعليمي، ولقد اظهرت النتائج وجود فروق بين المستوى التعليمي الابتدائي والجامعي لصالح الابتدائي، وبين الاعدادي والجامعي لصالح الاعدادي ، ولم تتضح فروق في المستويات الاخرى.

وتلك النتائج كانت جميعها واقعية ومنطقية ومتوقعة واتفقت مع نتائج كثير من الدراسات السابقة، والنتيجة الوحيدة التي تفاجات بها الباحثة هي : عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية تعزى لمتغير السكن ، فقد كانت تتوقع الباحثة ان المناطق الواقعه تحت التدمير والحصار هي ذات السكان الأكثر تأثرا باضطراب مابعد الصدمة ، ولكن النتيجة لم تظهر أي فروق ،ولم يكن هنالك أي اثر يذكر لمنطقة السكن بالتأثير على الصدمة . وقد يثبت ذلك ان كل مناطق قطاع غزة واقعة تحت الدمار وتهديد الاحتلال وكلهم عرضة للاصابة باضطراب مابعدالصدمة .

الدراسات المقترحة والتوصيات

أولا: الدراسات المقترحة

١. أثر برنامج ارشادي ديني للتخفيف من اعراض اضطراب مابعد الصدمة لدى زوجات الشهداء .

٢.دراسة الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوجه نحو الدعاء لدى زوجات الشهداء .

٣. دراسات حول قلق المستقبل لدى زوجات الشهداء .

ثانيا: التوصيات

١. قيام الجهات المسئولة بتوفير الفرص المعيشية المناسبة لزوجات الشهداء .

٢.تقديم الخدمات النفسية والاجتماعية لزوجات الشهداء للتخفيف من هذه الصدمة .

٣.اتاحة الفرص المناسبة لزوجات الشهداء للتعليم .

قائمة المراجع

أولا: القران الكريم.

ثانيا: المراجع العربية:

١. ابن القيم الجوزية (٢٠٠٠) :عدة الصابرين وذخيرة الشاكرين، بيروت: المكتبة المصرية .

٢. ابن القيم الجوزية (١٩٨٣) : طريق الهجرتين وباب السعادتين" ، مجلة منبر الاسلام ع١١ ، غزة : مطبعة قطر .

٣. ابن منظور(١٩٧٠) : "لسان العرب " مج١و٢ ، بيروت: دار لسان العرب.

٤. أبو صفية، جاسر (٢٠٠٣) : علامات من القرآن، عمان : دار الجوهرة .

٥. البرديسي، محمد (٢٠٠٠) : فضل الدعاء ، **مجلة البيان** ،ع١٨٢،كلية التربية : الجامعة الاسلامية ، غزة .

٦. البكري، محمد (د.ت) :" دراسات في الشريعة (الدعاء، الدعاء) " **مجلة البيان** ، العدد١٨٦.

٧. ثابت، عبدالعزيز و أبو طواحنية، احمد و السراج، إياد (د.ت) : تأثير هدم البيوت على الصحة النفسية للأطفال الذكور والصلابة النفسية في قطاع غزة ،بحث منشور ، برنامج غزة للصحة النفسية : غزة .

٨. ثابت، عبد العزيز (٢٠٠٦) : الصدمة النفسية الناجمة عن انتفاضة الأقصى ، مجلة شبكة العلوم النفسية العربية ، ع ١٢.

٩. حجازي، هاني (٢٠٠٤) : الخبرة الصادمة وعلاقتها بأعراض الاضطراب وبعض سمات الشخصية لدى اطفال شهداء انتفاضة الاقصى ، **رسالة ماجستير غير منشورة** ، الجامعة الاسلامية : غزة .

١٠. حسنين ،عائدة عبدالهادي (٢٠٠٤) : الخبرات الصادمة والمساندة الاسرية وعلاقتها بالصحة النفسية للطفل ، **رسالة ماجستير غير منشورة** ، الجامعة الاسلامية : غزة .

١١. الحلبي ، سوسو شاكر(٢٠٠٥) : " الارهاب واثاره النفسية والاجتماعية على الاسرة والطفل " دراسة في زمن الاحتلال ، **مجلة شبكة العلوم النفسية والعربية** ، مجلد ٢ عدد٧ ،بغداد : العراق .

١٢. الحنبلي، محمد (٢٠٠٥) : تسلية اهل المصائب ، لبنان : دار الكتب العلمية للنشر .

١٣. الحواجري، احمد (٢٠٠٣) : مدى فاعلية برنامج ارشادي مقترح للتخفيف من اثار الصدمة **رسالة ماجستير غير منشورة** ، الجامعة الاسلامية : غزة .

١٤. الخطيب، محمد (٢٠٠٧) : تقييم عوامل الأنا لدى الشباب الفلسطيني في مواجهته الأحداث الصادمة (**سلسلة الدراسات الإنسانية**)المجلد ١٥،ع٢، بحث منشور ، **مجلة الجامعة الإسلامية** : غزة ، ص: ١٠٥١-١٠٨٨ .

١٥. خيربك، رشا (٢٠٠٨) : الصدمات النفسية لدى العراقيين بعد الحرب (اضطراب ما بعد الصدمة) دراسة ميدانية على العراقيين في دمشق ، **رسالة ماجستير منشورة**، جامعة دمشق: سوريا .

١٦. الدحدوح، سلمان (١٩٩٦) : من تستجاب دعوته؟ ، بيروت : دار البشار الاسلامية.

١٧. دخان، نبيل و الحجار، بشير (٢٠٠٦) : الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم ، **مجلة الجامعة الإسلامية : سلسلة الدراسات الإنسانية** ،مجلد١٤،ع٢، ص ص ٣٦٩-٣٩٨.

١٨. السيد ، مجدي (١٩٩٨) : ١٠٠ قصة وقصة للذين استجاب الله دعائهم ، القاهرة : مكتبة التوفيق.

١٩. الشربيني ،لطفي (٢٠٠٧) : معجم مصطلحات الطب النفسي ، مركز تعريب العلوم الصحية : سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة ، مؤسسة الكويت .

٢٠. صالح ، صالح مهدي (٢٠٠٨) : اثر أسلوبي العلاج العقلاني الانفعالي والنمذجة في خفض الاضطراب ما بعد الصدمة ، **مجلة ديالي** ،ع٣٠ .

٢١. الصعيدي ، عبد الحكيم (٢٠٠٢) : الدعاء أسرار وأغوار ، القاهرة : مكتبة الدار العربية .

٢٢. صيدم ، رياض (د.ت) : تأثير الصدمات النفسية الناتجة عن ممارسات الاحتلال على الصحة النفسية لطلبة الجامعات الفلسطينية في قطاع غزة ، بحث منشور : برنامج غزة للصحة النفسية : غزة .

٢٣. صيدم ، رياض وثابت ، عبد العزيز (٢٠٠٧) : الصدمات النفسية للاحتلال وأثرها على الصحة النفسية للطلبة في قطاع غزة ، **مجلة شبكة العلوم النفسية العربية** ، ص١٣٤ العدد ١٣ .

٢٤. طه، ايمان عبدالحليم (٢٠٠٤) : "اثر اضطرابات مابعد الصدمة على كفاءة بعض الوظائف المعرفية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى عينة من المصدومين "، **دراسات عربية في علم النفس** ، الجامعة الاسلامية : **رسالة دكتوراة منشورة** ، ع٣ –ص ٢٧١ حتى ص٢٧٧.

٢٥. العبادلة، عثمان (٢٠٠٥) : آداب الدعاء المستجاب من الكتاب والسنة ، غزة : مطبعة البرقوني.

٢٦. عبد المؤمن، علي (٢٠٠٨) : مناهج البحث في العلوم الاجتماعية "الأساسيات والتقنيات والأساليب " جامعة ٧اكتوبر، الإدارة العامة : مصر .

٢٧. عربيات، احمد (٢٠٠٥) : فعالية برنامج إرشادي يستند إلى إستراتيجية حل المشكلات في تخفيف الضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية ، رسالة ماجستير منشورة، **مجلة جامعة القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية**، المجلد١٧، ع٢.

٢٨. علوان، نعمات (٢٠٠٨): الرضا عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية (دراسة ميدانية على عينة من زوجات الشهداء الفلسطينية)، مجلة الجامعة الإسلامية (**سلسلة الدراسات الإنسانية**) المجلد،٢٤ ص : ٤٧٥–٥٣٢.

٢٩. الغزالي ، ابوحامد (٢٠٠٥) احياء علوم الدين ، دار المعرفة بيروت .

٣٠. القحطاني، سعيد (١٩٩٦) حق المسلم من أذكار الكتاب والسنة : القاهرة : دار العلوم العربية .

٣١. القحطاني، السعيد بن علي بن وهف (٢٠٠١) رسائل سعيد بن علي بن وهف القحطاني أنواع الصبر ومجالاته (مفهومٌ، وأهميَّةٌ،وطرُقٌ، وتحصيْلٌ) في ضوء الكتاب والسنة، القاهرة : دار العلوم العربية .

٣٢. لجنة البحث العلمي ،(د.ت) عقيدة المسلم السني (مركز الإعلام الألباني للدراسات المنهجية والأبحاث العلمية) الأردن ، عمان .

٣٣. مرسي، كمال ابراهيم (١٩٩٩) الصبر، **المجلة التربوية** ، العدد٥٠ ، ص ١٢٠.

٣٤. مرسي، كمال ابراهيم (١٩٩٩) التاصيل الاسلامي للإرشاد والعلاج النفسي لاضطراب مابعد الصدمة **المجلة التربوية** ، العدد ٥٠ ، مجلد ١٣ ، ص ١١٦ _ ص ١٢٣ .

٣٥. المزيني، أسامة (٢٠٠٥) " دراسة تجريبية لأثر الإرشاد النفسي الديني في تخفيف المعاناة النفسية لأسر الشهداء ، **رسالة دكتوراه غير منشورة** ، غزة : المكتبة المركزية .

٣٦. المزيني، أسامة (٢٠٠٦) الإرشاد النفسي الديني ، غزة : مكتبة آفاق .

٣٧. المزيني، اسامة (٢٠٠٦) الارشاد النفسي الديني " اسسه النظرية وتطبيقاته العملية ، الجامعة الاسلامية : غزة .

٣٨. مكتب الانماء الاجتماعي (٢٠٠١) سلسلة تشخيص الاضطرابات النفسية واضطرابات الضغوط التالية للصدمة ، الديوان الأميري : الكويت .

٣٩. موسى ، رشاد ومحمود ، محمود (٢٠٠٠) العلاج الديني للأمراض النفسية : أثر الدعاء كأسلوب إرشادي نفسي في تخفيف حدة بعض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من طالبات الجامعة الملتزمات دينيا ، القاهرة : دار الفاروق .

٤٠. موسى ، رشاد (٢٠٠١) الإرشاد النفسي في حياتنا اليومية في ضوء الوصي الإلهي والهدي النبوي ، القاهرة : دار الفاروق .

٤١. النوح، مساعد(٢٠٠٤) مبادئ البحث التربوي ، الرياض .

٤٢. النووي، أبو زكريا (د.ت) الأذكار المنتخبة من كلام سيد الأبرار صلى الله عليه وسلم ، القاهرة: دار الحديث.

٤٣. الهمص، عبدالفتاح الجامعة الاسلامية بغزة ٢٠٠٩ " اضطراب مابعد الصدمة عند الاطفال " تشخيص وعلاج " المشاركة بورقة عمل لليوم الدراسي الذي تقيمه الكلية الجامعية للعلوم التطبيقية ، وحدة البحث العلمي .

٤٤. يونس، محمد محمود (٢٠٠٥) : مدى فاعلية اسلوب الاسترخاء العضلي في خفض مستوى اعراض اضطراب مابعد الصدمة النفسية لدى عينة من الطلبة في الجامعة الأردنية " **مجلة دراسات العلوم الانسانية والاجتماعية** ،المجلد ٣٢ العدد٣ ص٥٨١.

ثانيا: مواقع الانترنت:

١. إبراهيم، عبدالستار(٢٠٠٠) الضغوط اللاحقة للصدمات النفسية والانفعالية_ منهج سلوكي متعدد المحاور في فهمها وعلاجها ، مصر: القاهرة " ورقة عمل على موقع :

www.arabpsynet.com/archives/op/opjzlsattarptsd-multi-modbehanalysis.pdf

٢. الاضطراب النفسي الذي يعقب الصدمات ٢٠٠٩/١ موقع : www.spectrumvic.org.au

٣. نحو استراتيجية عربية لمواجهة الصدمات والكوارث " دراسة مقارنة بين التجربتين اللبنانية والكويتية د.عبدالفتاح دويدار –د.حسن الصديق موقع:www.filnats.com /kuawait.html

٤. ابو حلاوة، محمد السعيد (٢٠٠٨) اضطراب الضغط الحاد "كلية التربية جامعة الاسكندرية ، اطفال الخليج مركز دراسات وبحوث " www.gulfkids.com

٥. حسون ، تيسير (٢٠٠٧) اضطراب الشدة ، دمشق . موقع : www.hyatnafs.com

٦. جار الله ، سليمان (٢٠٠٣) : الاضطرابات النفسية مابعد الضغوط الصدمية .موقع : www.hayatnafs.com

٧. المهدي، محمد : كرب مابعد الصدمة لدى اطفال فلسطين آفاق العلاج والتشخيص .موقع: www.mhdyzone.jeeran.com

الملاحق

ملحق رقم (1)

استبانة رقم(١) بصورتها الأولية قبل التعديل:

بسم الله الرحمن الرحيم

مقياس التدين لدى زوجات الشهداء " من إعداد الباحثة "

سيدتي الفاضلة / نرجو أن تجيبي على العبارات التالية بوضع إشارة (/) أمام الخيار المناسب لكل عبارة حسب رأيك. ليست هناك إجابات صحيحة وأخرى خاطئة ، وليست هناك أسئلة خادعة . إجابتك بصراحة وصدق وموضوعية تساهم في نجاح هذه الدراسة .

البيانات الأولية :

العمر	أقل من ٢٠		أقل من ٣٠		٣٠ فأكثر	

عدد سنوات الزواج	أقل من ١٠		أقل من ٢٠		٢٠ فأكثر	

المستوى الاقتصادي	منخفض		متوسط		مرتفع	

المستوى التعليمي	ابتدائي		إعدادي		ثانوي		دبلوم		جامعي	

الرقم	العبارة	دائما	أحيانا	أبدا
١	أحس بأنّ الله قريب مني ومعي عندما أتوجه الى الله بالدعاء .			
٢	اشعر بالراحة عندما أدعو .			
٣	يتعاظم صبري عندما الجأ إلى الله بالدعاء .			
٤	اخصص يوميا أدعية مأثورة اقرأها بعد كل صلاة .			
٥	إن الدعاء معي بكل أوقاتي وحالاتي .			
٦	تزيد قدرتي على الصبر عندما أشعر أن الله يستجيب دعائي .			
٧	ألجأ للدعاء فقط في أوقات الضغط .			
٨	أعتقد أن لجوئي لله في الدعاء سندي في مصيبتي			
٩	أحفظ الكثير من الأدعية المأثورة .			
١٠	أكرر يوميا ورد قرآني قبل النوم .			
١١	أحثّ أهلي وأبنائي على الصبر بلجوئنا إلى الدعاء .			
١٢	عندما ألجأ إلى الدعاء أحسّ بأنني خارج أزمتي .			
١٣	لولا قدرة لجوئي للدعاء والصلاة وتقربي من الله لما كنت تحمّلت مصيبتي .			
١٤	أدعو الله وأنا على ثقة ويقين بأنه سيخفف أزمتي وآلامي .			
١٥	أدعو الله وأنا أعلم قيمة الدعاء وعظمته عند الله.			
١٦	عندما ألجأ للدعاء فإنني لا اشعر بالخشوع .			
١٧	إذا أردت مكافأة أحد ولم استطع ، فإنني أدعو الله له .			
١٨	اشعر بأن الدعاء هو ملجأي الذي يقربني من الله ويخفف همومي وانفعالاتي .			
١٩	أرى أن الدعاء وسيلة رائعة للتخلص من الأزمات .			

			لا استطيع البدء بيومي إلا بعد أن اردد دعاء الصباح .	٢٠
			اشعر براحة نفسية عميقة عند قراءة القرآن الكريم .	٢١
			أحافظ على صيام النوافل "مثل الاثنين والخميس" .	٢٢
			إذا وقعت في مصيبة أبادر إلى الاستغفار والتوبة والندم .	٢٣
			اشعر ان التزامي بقراءة القرآن واللجوء للأذكار والمأثورات الدينية تعينني على االصبر .	٢٤
			لديً يقين ان ما اصابني هو قضائي وقدري .	٢٥
			لدي القدرة بالسيطرة والصبر على انفعالاتي في حال الحزن والغضب والسرور والفرح .	٢٦

ملحق رقم (٢)

إستبانة رقم (٢) بصورتها الأولية قبل التعديل :

مقياس اضطراب ما بعد الصدمة لدى زوجات الشهداء من إعداد الباحثة

الأسئلة التالية تتعلق بالخبرة الصادمة التي تعرضت لها خلال فترة الحرب على غزة في الفترة الماضية. كل عبارة تصف التغيرات التي حدثت في صحتك و مشاعرك وأفكارك خلال الفترة السابقة من فضلك اختاري الاحتمال الذي يناسبك أمام كل عبارة :

الرقم	العبارة	دائما	أحيانا	أبدا
١.	أشعر بالخوف من الاغماء وأنا في مكان عام.			
٢.	أشعر بموجات باردة أو ساخنة تجتاح جسدي .			
٣.	تنتابني صور ،ذكريات، وأفكار عن الأحداث الصادمة.			
٤.	تنتابني أحلام مزعجة .			
٥.	تنتابني مشاعر فجائية أو خبرات بأن ماحدث سيحدث مرة أخرى .			
٦.	أعاني من اضطرابات في النوم .			
٧.	أتجنب الأفكار أو المشاعر التي تذكرني بالأحداث الصادمة .			
٨.	أتجنب المواقف والأشياء التي تذكرني بالأحداث الصادمة .			
٩.	لدي صعوبة في الاستمتاع بالحياة والنشاطات اليومية .			
١٠.	أشعر بالعزلة وبأنني بعيدة عن الآخرين .			
١١.	لا استطيع الشعور بالحب أو الانبساط.			
١٢.	أشعر بأنني غير قادر على الشعور بمشاعر الحزن والحب .			
١٣.	أزاول عملي بنشاط .			
١٤.	اشعر بصعوبة في النوم أو البقاء نائما .			
١٥.	تنتابني نوبات من التوتر ونوبات من الغضب.			

١٦.	أعاني من صعوبات في التركيز .				
١٧.	أشعر بأنني على حافة الانهيار .				
١٨.	استثار لأقل الأسباب وأعاني من التحفز الدائم.				
١٩.	أعاني من نوبات ضيق التنفس، وسرعة في ضربات القلب.				
٢٠.	رأيت الكثيرين ماتوا أمامي أثناء الأحداث الأخيرة.				
٢١.	أجد نفسي ميَالة للبكاء لأقل الأسباب.				

ملحق رقم (٣)

مقياس رقم(٣) بعد التعديل :

مقياس التدين لدى زوجات الشهداء " من إعداد الباحثة "

سيدتي الفاضلة / نرجو أن تجيبي على العبارات التالية بوضع إشارة (/) أمام كل عبارة حسب رأيك. ليست هناك إجابات صحيحة وأخرى خاطئة ، وليست هناك أسئلة خادعة . إجابتك بصراحة وصدق وموضوعية تساهم في نجاح هذه الدراسة .

البيانات الأولية :

العمر	أقل من ٢٠		أقل من ٣٠		٣٠ فأكثر	

عدد سنوات الزواج	أقل من ١٠		أقل من ٢٠		٢٠ فأكثر	

المستوى الاقتصادي	منخفض		متوسط		مرتفع	

المستوى التعليمي	ابتدائي		إعدادي		ثانوي		دبلوم		جامعي	

الرقم	العبارة	دائما	أحيانا	أبدا
١	أحس بأنّ الله قريب مني ومعي عندما أتوجه إلى الله بالدعاء .			
٢	اشعر بالراحة عندما أدعو .			
٣	يتعاظم صبري عندما الجأ إلى الله بالدعاء .			
٤	اخصص يوميا أدعية مأثورة اقرأها بعد كل صلاة .			

٥	إن الدعاء معي بكل أوقاتي وحالاتي .				
٦	تزيد قدرتي على الصبر عندما أشعر أن الله يستجيب دعائي .				
٧	ألجأ للدعاء فقط في أوقات الضغط .				
٨	أحفظ الكثير من الأدعية المأثورة .				
٩	أكرر يوميا ورد قرآني قبل النوم .				
١٠	أحثّ أهلي وأبنائي على الصبر بلجوئنا إلى الدعاء .				
١١	عندما ألجأ إلى الدعاء أحسّ بأنني خارج أزمتي .				
١٢	لولا قدرة لجوئي للدعاء والصلاة وتقربي من الله لما كنت تحمّلت مصيبتي .				
١٣	أدعو الله وأنا على ثقة ويقين بأنه سيخفف أزمتي وآلامي .				
١٤	عندما ألجأ للدعاء فإنني لا اشعر بالخشوع .				
١٥	إذا أردت مكافأة أحد ولم استطع ، فإنني أدعو الله له .				
١٦	اشعر بأن الدعاء هو ملجأي الذي يقربني من الله ويخفف همومي وانفعالاتي .				
١٧	أرى أن الدعاء وسيلة رائعة للتخلص من الأزمات .				
١٨	لا استطيع البدء بيومي إلا بعد أن اردد دعاء الصباح .				
١٩	اشعر براحة نفسية عميقة عند قراءة القرآن الكريم .				
٢٠	أحافظ على صيام النوافل "مثل الاثنين والخميس" .				
٢١	إذا وقعت في مصيبة أبادر إلى الاستغفار والتوبة والندم .				
٢٢	اشعر ان التزامي بقراءة القرآن واللجوء للأذكار والمأثورات الدينية تعينني على االصبر .				
٢٣	لديً يقين ان ما اصابني هو قضائي وقدري .				
٢٤	لدي القدرة بالسيطرة والصبر على انفعالاتي في حال الحزن والغضب والسرور والفرح .				

ملحق رقم (٤)

مقياس رقم (٤) بعد التعديل :

مقياس اضطراب ما بعد الصدمة لدى زوجات الشهداء من إعداد الباحثة

الأسئلة التالية تتعلق بالخبرة الصادمة التي تعرضت لها خلال فترة الحرب على غزة في الأيام الماضية. كل عبارة تصف التغيرات التي حدثت في صحتك و مشاعرك وأفكارك خلال الفترة السابقة من فضلك اختاري الاحتمال الذي يناسبك أمام كل عبارة :

الرقم	العبارة	دائما	أحيانا	أبدا
١.	أشعر بموجات باردة أو ساخنة تجتاح جسدي .			
٢.	تنتابني صور ،ذكريات، وأفكار عن الأحداث الصادمة.			
٣.	تنتابني أحلام مزعجة .			
٤.	تنتابني مشاعر فجائية أو خبرات بأن ماحدث سيحدث مرة أخرى .			
٥.	أعاني من اضطرابات في النوم .			
٦.	أتجنب الأفكار أو المشاعر التي تذكرني بالأحداث الصادمة .			
٧.	أتجنب المواقف والأشياء التي تذكرني بالأحداث الصادمة .			
٨.	لدي صعوبة في الاستمتاع بالحياة والنشاطات اليومية .			
٩.	أشعر بالعزلة وبأنني بعيدة عن الآخرين .			
١٠.	لا استطيع الشعور بالحب أو الانبساط.			
١١.	أشعر بأنني غير قادر على الشعور بمشاعر الحزن والحب .			
١٢.	أزاول عملي بنشاط .			
١٣.	اشعر بصعوبة في النوم أو البقاء نائما .			
١٤.	تنتابني نوبات من التوتر ونوبات من الغضب.			
١٥.	أعاني من صعوبات في التركيز .			
١٦.	أشعر بأنني على حافة الانهيار .			

الرقم	العبارة	دائما	أحيانا	أبدا
١٧.	استثار لأقل الأسباب وأعاني من التحفز الدائم.			
١٨.	أعاني من نوبات ضيق التنفس، وسرعة في ضربات القلب.			
١٩.	رأيت الكثيرين ماتوا أمامي أثناء الأحداث الأخيرة.			
٢٠.	أجد نفسي ميًالة للبكاء لأقل الأسباب.			
٢١.	تراودني لغاية الآن ذكريات القصف والانفجار والموت.			

ملحق رقم (٥)

قائمة المحكمين:

الاسم	المؤهل العلمي	مكان العمل
د. عاطف الأغا	دكتوراة في علم النفس	الجامعة الاسلامية
د. جميل الطهراوي	دكتوراة في علم النفس	الجامعة الاسلامية
د. فضل ابوهين	دكتوراة في علم النفس	جامعة الاقصى
د.خالد دحلان	دكتوراة أمراض عصبية ونفسية	برنامج غزة للصحة النفسية
د. حبيب الحواجري	مسئول الأخصائيين بوزارة الصحة	مستشفى الطب النفسي
أ. أكرم طلب الحرازين	بكالوريوس شريعة	إمام وخطيب مسجد الإصلاح منطقة الشجاعية
أ. عبدالسلام حجو	بكالوريوس هندسة مدنية	مدير مركز الشفيع تحفيظ القرآن بجمعية الرحمة العالمية
أ. سامي ابوعرمانه	ماجستير تربية	مدرس لغة عربية بمدارس الوكالة للاجئين
زوجة شهيد	ماجستير تربية	منطقة الشجاعية

Islamic University–Gaza

Dean of Higher Studies

Faculty of Education

Psychology Department



Post-traumatic stress disorder and its relationship to orientation pray in a sample of martyrs wives in Gaza strip

By

Maisaa Abu Sharifa

Supervisor

Dr. Attef Agha

Thesis Submitted to Faculty of Education in the Islamic University For the Master Degree in Psychology

1431 /2010